

ٹیلی پیٹھی کا انسائیکلو پیڈیا

علیم اقبال مدللے



ٹیلی پستی کا انسائیکلو پیڈیا

مرتب

ایم۔ اے، اقبال

۱۹۹۰ء

مشتاق بگ کارز

الکریم ہار کیٹ اردو بازار لاہور

فہرست عنوانات

- ☆ باب 1..... STOP PRESS 11
- ☆ باب 2..... ٹیلی ویژن اور بلورائی علوم کا مقدمہ 15
- ☆ باب 3..... مشاہیر کے ESP کے بارے تاثرات (قدرت اللہ شہاب) 36
- ☆ علامہ کوثر نیازی 39
- ☆ باب 4..... باہد افسانیاں اور ٹیلی ویژن وغیرہ 43
- ☆ قسمت کا حال بتانے والے 44
- ☆ وجدان کیا ہے؟ 47
- ☆ وجدان کیسے کام کرتا ہے 52
- ☆ حواس بلورائے ادراک کیا ہے؟ 56
- ☆ ای ایس بی کیسے کام کرتی ہے 65
- ☆ باب 5..... ٹیلی ویژن اور روحانی علوم 67
- ☆ روشن خمیری 67
- ☆ کشف 69
- ☆ الہام (عرائے فہمی) 70
- ☆ جنات کا علم الہیب 72
- ☆ فیب کا علم ہے کیا؟ 73
- ☆ باب 6..... ٹیلی ویژن کا مہم 74
- ☆ توجہ اور اس کی قوت 77

مادی کتابیں معیاری کتابیں
خوبصورت اور ذکر قیمت کتابیں

جلد حقوق بینک ناشر محفوظ ہیں

ادبیاتی ادارہ

انعام سلمان حیر

- نام کتاب — ٹیلی ویژن کا انسائیکلو پیڈیا
- مصنف — ایم اے اقبال
- پروف ریڈنگ — ارسلان عادل
- اشاعت — 2013ء
- مطبع — زمین نعمان پرنٹرز، لاہور
- ڈیزائن — عاطف بٹ
- کمپوزنگ — گل گل فاکس
- قیمت —

منتخب ہذا میں اگر کہیں کوئی غلطی نظر آئے تو ادارہ کو مطلع فرما کر شکر یا دار کرنے
کا موقع فراہم کریں تاکہ اسے ایڈیشن میں درجگی کی جاسکے۔ شکریہ

مشق کتب خانہ

انکمسم مارکیٹ۔ اردو بازار، لاہور

- ☆ چاشنی 109
- ☆ سنبھرا 110
- ☆ سبز 110
- ☆ سیلا 110
- ☆ بھورا اور نارنجی 110
- ☆ سیاہ رنگ 110
- ☆ مشقیں 111
- ☆ باب 11..... ٹیلی ویژن کی اولین مشق 119
- ☆ ٹیلی ویژن کے عملی تجربات 120
- ☆ سائیکیکس یا وجدان 131
- ☆ باب 12..... نورانی نگر 139
- ☆ 1۔ کیس یا دی انجمر 139
- ☆ 2۔ لائیف انجمر 139
- ☆ 3۔ لائیف انجمر 139
- ☆ باب 13..... مراقبہ اور ٹیلی ویژن 142
- ☆ مراقبہ کے لازمی اجاہر 145
- ☆ آسن 145
- ☆ گہرا آرام و سکون 145
- ☆ سانس کی برقراری 146
- ☆ ہانگری کی حالت 146
- ☆ مراقباتی حالتیں 146
- ☆ ذہن کی مشق کرنا 146
- ☆ ڈھان 146

- ☆ مراقبہ کے لیے ضروری باتیں 146
- ☆ ضروری امور 149
- ☆ باب 14..... ٹیلی ویژن اور کمرشپ 156
- ☆ رنگوں کے جوڑے اور ان کے معنی 159
- ☆ باب 15..... ٹیلی ویژن اور یوگا 168
- ☆ مراقبہ کی مشقیں 169
- ☆ ابتدائی اعزاز مراقبہ 169
- ☆ آرام دہ حالت کا اعزاز 169
- ☆ آلق پائی اعزاز 169
- ☆ حقیقی اعزاز مراقبہ 169
- ☆ آدھا کنول 169
- ☆ کنول یا پدم اعزاز 170
- ☆ باب 16..... میرٹ کارڈز اور ٹیلی ویژن 172
- ☆ باب 17..... ESP اور ایچ کرکسی 203
- ☆ ایچ کرکسی کا ڈرن 205
- ☆ الگول مشروبات 207
- ☆ کوکا کولا 208
- ☆ کافی 209
- ☆ چائے 210
- ☆ پانی 210
- ☆ اطرے اور ڈرمی مصنوعات 211
- ☆ کھن 211
- ☆ سالم کھرم کی اردوٹی 211

- ☆ بقول ماہر نفسیات 228
- ☆ التماس خواہش 228
- ☆ انتشار و داغ 229
- ☆ بے خودی 230
- ☆ جذب 230
- ☆ پیٹ کا السر 231
- ☆ بقول ڈاکٹر سیکرڈ فرانڈ 231
- ☆ جنسی امراض 231
- ☆ خصوصی ہدایت 232

.....☆☆☆

- ☆ کمرے کا گوشت 212
- ☆ کلیجی 212
- ☆ چھل اور سمندری خوراک 212
- ☆ قوتِ بوج 213
- ☆ پالٹری 214
- ☆ خوبانی 215
- ☆ کیلا 215
- ☆ شرابی 216
- ☆ ترشیے بھل 216
- ☆ سبزیاں 218
- ☆ باب 18..... ملی جیسی سے علاج 221
- ☆ نفسیاتی طریقہ علاج 222
- ☆ بقول ڈاکٹر ڈیوڈ سیلے 224
- ☆ ملی جیسی کی سختوں کے دوران ترسیل 226
- ☆ خیالات کے مضمرات 226
- ☆ اعصابی اختلال 226
- ☆ اعصابی انتشار 226
- ☆ جسمانی امراض 227
- ☆ کمی خون 227
- ☆ رعرعہ 227
- ☆ گھٹیا 227
- ☆ نفقہ خان 228
- ☆ مراثی یا غلبہ 228

باب نمبر 1:

STOP PRESS

زیر نظر کتاب کا پرنٹنگ کا پرائس شروع ہو گیا تھا کہ 10 فروری 2010 کو روزنامہ ڈان نے روزنامہ گارڈین کی Arrangement کے ساتھ جان ہیئر کا ایک مضمون چھاپا ملی جی سی کے سانس تانظر میں میں سوچا کہ قارئین کی دلچسپی کے لئے اس کا ترجمہ شامل اشاعت کر دیا جائے جو کہ ملی جی سی کے حوالے سے جدید ترین سانس ریسرچ کا حوالہ ہے۔

”ہمیں سانس پر حاوی ہونا چاہئے نہ کہ سانس کے رحم و کرم پر“

اس نئے رپورٹ آئی ہے کہ مستقبل قریب میں فوجی سانس کی ترقی کے باعث اس قابل ہوں گے کہ ان کے دماغوں کا رابطہ براہ راست چلک کے ذریعے ہتھیاروں کے سسٹم کے ساتھ استوار ہوگا نیز اعضائی نظام کے ذریعے ان کا سینے کا مکمل بھی جزیرہ ہوگا جو کے ایکلی می آف سانس کی رائل سوسائٹی کا برین ویجہ پراجیکٹ نیورو سانس کی فنی سسٹوں سے ہکتا رہوئے ہوئے نہ صرف دھڑ تھارہ دیتا ہے بلکہ لمبو گر پے بھی ہے اس کے بعد گزشتہ نئے ہی رپورٹ آئی ہے کہ سائنسدان خیالات و افکار سے گرفت میں لینے کے لئے ہائڈرو پیکٹنگ ہتھیار بنائے ہیں۔

اگرچہ اس حوالے سے ہماری ساری ریسرچ ابھی اپنے آغاز میں ہے تاہم دماغ کے کام کرنے کے طریقے کی تفہیم دماغی و جسمانی بیماریوں اور دماغ کے Damage کے علاج کے لئے کارآمد ہے۔ لیکن بجائے خود ایک خطرے کی نشاندہی ہے۔ سب سے بڑی چٹاوتی یہ ہے کہ اس حوالے سے ایجنٹ اثرات کے حصول اور ہدایات کو محدود کرنے کے لئے جھگڑا اور بدھت ضرورت طاقت بھی استعمال کی جائے۔ تاہم ہمیں واضح ہونا چاہئے کہ حفظان تقدم کا اصول زیادہ کا کارآمد ہوگا کیونکہ اگر علاج میں تاخیر ہو جائے تو اس کا مطلب ہے کہ بحالی کی کمی ہوتی ہے جیسا کہ انسانی چہائس کے دیگر میدانوں میں ایسا ہوتا ہے کہ اختیار کی بجائے تدبیر کی بجائے نقد برائے

انتساب

سید شہزاد

کے نام

جن کی آنکھیں

مقاہطیت سے بھر پور ہیں۔

مستقبل میں ہمیں ایک اخلاقی مفکّر کا بھی سامنا کرنا پڑے گا جو کہ یادداشت کے استعمال کے حوالے سے پیش آئے گی۔۔۔۔۔۔ اور اس کا امکان اب واضح ہوتا جا رہا ہے کیونکہ ایسی ادویات میسر ہیں جو کہ واقعات کو دماغ میں دھرانے کے حوالے سے انہیں وہاں سے صاف کر دیں یا دہم کر دیں۔ کیا ہم تاریخ کی طرف اپنی رسائی کو فہر کرنا چاہتے ہیں؟ اس کی ایک وجہ یہ ہو سکتی ہے کہ یادداشت محدود ہوتی رہی ہو سکتی ہے۔ مثال کے طور پر ایک دشتیانہ زبانچہ کا فکا رورث اپنے دماغ سے یادداشت کو کھینچ بیٹھنا چاہے گی لیکن اس کا کیا ہوگا اگر ایسا کرنے سے ہمیں کو شاخت کرنے کی صلاحیت بھی ختم ہو جائے اور دوسری خواتین کی زندگیاں برباد کرنے کے لئے دعائے پھر۔۔۔

نور وراثتیں سیر ڈون اور لیوٹن لاکھٹون کی تحریف ایسے اجزاء کے طور پر کی جاتی ہے جو کہ ایک طرف تو کسی کو نقصان پہنچانے کے حوالے سے ہنگامہ میں اضافہ کرتے ہیں اور دوسری طرف احتیاط میں اضافہ کرتے ہیں جنہیں اخلاقیات میں بھڑکی کے لئے بھی استعمال میں لایا جا سکا ہے۔ ان کے ہنگامہ کی سطح جسم میں ایڈجسٹ کر کے ایسی تبدیلیاں لائی جا سکتی ہیں جو قوت پہلے پڑا اثر اٹھا رہا ہو اور مخصوص قسم کے رویے پیدا کریں جو کہ عملی مقاصد کے لئے ایک خود کارانہ ہنگامہ لازم کریں۔ ہم اخلاقی طور پر انہیں فیملوں کو تبدیل کرنے پر کیوں غور فرماتے ہیں؟ اس کی ایک وجہ یہ ہے کہ یہ ہماری آزادی چھین جائے گی۔

اپنے فیملوں کی بنیاد ہم خواہ اپنا ایک سوچ، یکمیلیک، حیاتیاتی یا تکنیکی محرک پر رکھیں گے تو نہ صرف یہ کہ ہم آزادی سے محروم ہو جائیں گے بلکہ انتخاب کی صلاحیت بھی جاتی رہے گی ہم "مقام نور وراثہ چیزوں" میں سے بہترین کا حقدار نہ انتخاب اور برتری انتخاب کرنے کی قابلیت کی کمی رکھتے ہیں۔

اگر ہم دماغ کو پڑھنے کے قابل ہو گئے تو ہم حقیقتاً یہ دیکھنے کے قابل ہو جائیں گے کہ کس نے کیا کیا ہے اور یہ کیا ہے؟ اس نے یہ ارادہ کیا ہے؟ اس نے جو فرام کے مسائل کو حل کرنے کے حوالے سے سادہ اور قابل انحصار اصول کے ذریعے مد نظر فرما ہوگی۔ یہاں بھی یہ مسئلہ درپیش ہوگا کہ اسائنس ان خیالات میں امتیاز کرے گی جو محض تسکرات ہوں گے یا بہت ان افحال کے

انداز ہوتی ہے ہم قدر کیسے جانیں گے؟

راہل سوسائٹی کی رپورٹ برین مشین انڈیکس (BMI,s) کے بارے میں بتاتی ہے جن کے ذریعے لوگوں کے دماغ کو براہ راست مشینری سے جوڑا جاسکے گا۔ اس طرح کے BMI,s پہلے ہی معذوروں کے مصنوعی اعضاء کو کنٹرول کرنے کے لئے استعمال ہوتے رہے ہیں لیکن وہ جتھیا روں کے سسٹم کے حوالے سے اتفاق اور صحت کو بہتر بنانے کے لئے بھی موثر ہوں گے۔ راولڈ فلور جو کہ ڈاکٹر رپورٹ کے ورکنگ گروپ کا سربراہ ہے اس نے یہ بھی سوال اٹھایا ہے کہ اگر آپ ڈیروں کو کنٹرول کر رہے ہوں اور آپ فلپ ڈیف پرنٹنگ ڈیوائس کی شادی کے نقشہ پر ہم بارویں تو اس کے لئے کون ذمہ دار ہوگا؟ آپ خود یا BMI؟

یہ ایک اچھا خاصا معما ہی ہوگا کیونکہ BMI کے بغیر جو قابل اختیار کیا جائے گا تو اس کا زیادہ امکان ہوگا کہ فلپ ڈاکٹر کا انتخاب کر لیا جائے یا اسے نشت بنایا جائے۔۔۔۔۔ اگر فوج میں BMI پر پابندی لگا دی جائے تو اس کے لئے کون ذمہ دار ہوگا؟

اس سے بڑا سوال یہ ہے کہ ایسے واقعات کو کنٹرول کیا جائے جن کے ذریعے لوگ تکلیف میں آئیں اور دوسروں کو بوجھ بن جائیں۔ ایک چھوٹی سی روایتی کے بارے میں سوچیں جو کہ دماغی خیالات کو بہتر بناتی ہے۔ موڈا ہنٹل ایک ایسی ہی روایت ہے جو کہ پانکٹوں کو چسک رہی ہے جو کہ آدمی پانکٹوں کے لئے بھی معاون ثابت ہو سکتی ہے بلکہ یہ میاے کا سفر اختیار کرنے والے شہریوں کو بھی تحفہ دے سکتی ہے۔ یہی دو ادیکر دماغی افحال کی کارکردگی بھی بہتر بناتی ہے بشمول احتیاطوں کی کارکردگی کے۔

نئی نوع انسان کا خطرات سے بچنے کے لئے زیادہ محنت دینے کی ضرورت ہے جن میں ماحولیاتی تبدیلیاں شہاب ثاقب کے حملے ایڈز اور CJD جیسی بیماریاں اور ایجادات کے حوالے سے ضرورت سے زیادہ احتیاط پسندی جو کہ انہی خطرات کے لئے ہماری کمزوری میں اضافہ نہ کرتی ہے نہ کہ انہی احتیاط اور ہم جتنی کے درمیان انتخاب کرنا ایک طرح سے یہ فرض کر لینا ہے کہ ہم صحت کے ساتھ پیش گوئی کر سکتے ہیں حالانکہ پیش گوئی کے حوالے سے ہم نئی نوع انسان انہیں ہاک حد تک ناقص ہیں۔

جو کمزور دماغ اور کم دھڑکنے والے ہوتے ہیں۔

نوروسائنس کا یہ نظریہ کہ خیالات اور ارادوں کو بڑھ لینا شہری آزاد یوں کے خطرات میں سے سب سے بڑا ہے۔ اگر ہم یہ جان جائیں کہ کوئی شخص کس چیز کے اثر کا شکار ہے اس کا ارادہ دیکھتا ہے تو ہم اس کے خیالات کو مانیٹر کر کے اس کا حفظ و انقلام کیوں نہیں کرنا چاہیں گے۔ یہ خواہش ارادے اور حقیقی فعل کی خصوصیات کے درمیان واضح فرق کے باوجود یہ ہے۔ یہ ہے کہ ہم بہت سے ارادے پائے جاتے ہیں اور توڑ دیتے ہیں اور کئی خواہشات جو کمزور پوری نہیں کرتے۔

آزادی کی قیمت پر ہی مستقل عمرانی کا خطرہ مول لیا جاسکتا ہے۔ لیکن ہمیں سائنس کی ضرورت ہے کیونکہ یہ ہماری ایجادات و اختراعات کا سب سے زیادہ واضح ذریعہ ہے جو کہ زندگیوں بچاتا ہے اور علاج و معیجہ دلانے کا باعث بنتا ہے۔

☆☆☆

باب نمبر 2:

ٹیلی پتھی اور ماورائی علوم کا مقدمہ (از مرتب)

ٹیلی پتھی کے موضوع پر جاری دسویں صدی میں جدید و جدید کے باوجود یہ علم ہونا بھی ابتدائی مراحل میں ہے کیونکہ چنانچہ اس قبیل کے دیگر علوم کے برعکس ٹیلی پتھی کو علم نفسیات کی کسوٹی پر پرکھنا اور رشتہ ہے۔ ٹیلی پتھی بھی صوفیاء اور روحانی علوم سے شغف رکھنے والے افراد کی واردات تھی کا سامعہ لائے ہوئے ہے جیسے کسی کنٹرولڈ ٹینکٹرو لڈ تجربہ گاہ میں دہرائے ممکن نہیں ہوتا وہ جان کی طرح ٹیلی پتھی کو اپنی مرضی سے بروئے کار لانا شاید ناممکن ہو سکتا ہے لیکن عمومی حالات میں یہ قابل عمل نہیں ہے۔ مزید برآں وہ جان کی طرح ٹیلی پتھی کی صلاحیت پیدائش و خدا اور زیادہ ہوتی ہے۔ یہ نسبت چہ جس کے..... اس طرح ایک عام فرد میں بھی ٹیلی پتھی کی صلاحیت حیرت انگیز: بدرپد پختے میں آسکتی ہے جو کہ بعض اوقات کسی ماسٹر کے لئے بھی عمل میں لانا آسان نہ ہو۔

ٹیلی پتھی واصل و دماغی روکی ترسیل ہی ہے۔ دو دوستوں مشفقین اور زوجین میں اس کا مظاہرہ اکثر دیکھنے سننے میں آتا رہتا ہے دو افراد آپس میں جس قدر قریب ہوں جتنا وہ خواہ کتنے ہی فاصلے پر کیوں نہ رہے ہوں ان کی دماغی روکی Frequencies ایک جیسی ہونے کی بنا پر وہ ایک دوسرے سے بالکل اسی طرح مل جاتی ہیں جس طرح کسی ٹیلی فون سوپائل کھنی کے کنٹرول کنٹرولڈ ٹاورز کو کہہ سکتے ہیں..... مثلاً بعض اوقات ایک دوست کوئی بات سوچ رہا ہوتا ہے تو دوسرے کے ذہن میں بھی وہی بات ہوتی ہے اور وہ کرنے ہی لگتا ہے تو دوسرا کہتا ہے کہ آپ نے تو میرے ذہن کی بات چھین لی۔

ایڈریس دے کر اس کی طرف روانہ کیا اور وہ مجوزہ کتاب کا بقیہ محفوظ بھی اس سے لے آیا
اس طرح کتابیں لکھتے لکھتے عامر نے خود کتابیں چھاپنے کا ارادہ کیا اور اس کے لئے
بارکیت کے جس قصب جٹار کو اشارہ کیا وہ اس سے تعاون کے لئے جبک گیا۔ اس نے کتابیں
چھاپیں، اخبار جاری کیا اور ایک وقت کی اداروں کے زیر اہتمام مختلف پراجیکٹ ایک ہی چھت
تے شروع کر کے جو کرام کامیابی سے بہکنا ہوئے۔

ماضی قریب میں ایک فحیر کی تعلیمی پراجیکٹ کے بارے میں عامر کو جبک پر مگی..... وہ شہد
کی کبھی کی طرح اپنے وہدان کو بروئے کار لاتے ہوئے اس پراجیکٹ کے پاکستانی ہیڈ کوارٹر بننے
گیا اور مسائل نہ ہونے کے باوجود اس نے اپنی علمی وحشی کی صلاحیت سے پراجیکٹ ہیڈ کوارٹر
دیپا کینیڈا روضی کی تاریخ گزار جانے کے باوجود اس نے اس کو نہ صرف Relaxation ہی
بلکہ اس کے راتوں رات تیار کئے گئے Sample کو بھی بخشش پاس کر دیا اور اس طرح اسے
لاکھوں روپے کا کتابیں چھاپنے کا آرڈر مل گیا اور یہ آرڈر اس کی زندگی کا حاصل تھا کیونکہ اس
سے وصول ہونے والی رقم کے ساتھ اس نے سب سے اپنے ہلنگ پلاس کو Boost کیا
اور اپنے چاروں بچوں کے نام سے چار لادوں کی بنیاد ڈالی جو کہ عامر کی زندگی آج کل کے
نوجوانوں کے لئے مشکل راہ ہے جو کہ ہر وقت مسائل کی بہتات اور دوسلی کی عدم دستیابی کا رونا
روئے رہتے ہیں۔

اگر عامر میں علمی وحشی کی صلاحیت نہ ہوتی یا وہ ان کو شعوری انداز سے استعمال
نہ کرتا تو وہ آج کوئی چوٹی موٹی ملازمت نہ کر رہا ہوتا اور کلبوں کے قتل کی طرح ساری زندگی ایک ہی
دارے میں گزار دیتا۔

عامر کی کہانی کو طول دینے کا مقصد یہ تھا کہ آپ کو بار بار کیا جائے کہ علمی وحشی ایک جامع علم
فہم ہے بلکہ یہ ایک وسیع سطح ہے اور انفلکٹوں کے گھر کو حد سے بڑھ کر اس کو عام فہم انداز میں
عام زندگی میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اس کی مثال پانچویں کلو کے ڈال ایکس کے ہیر کی سی ہے جو خزانے کی تلاش میں سفر کی
صورتیں برداشت کرتا ہے اور کیا کر تک بھی پہنچتا ہے لیکن خزانہ اس کے اپنے ملاتے میں ایک

قدیم جٹا کے محسن میں دفن تھا اسی طرح علمی وحشی سے حاصل ہونے والا خزانہ دروازہ کا دستگیر
اور نہ سمجھ میں آنے والی کتابوں میں سفر نہیں ہے دانشمندانہ طریقے سے ان اصولوں کو علمی ذہن
کے ساتھ تطبیق کرنے میں ہے۔

اس لئے علمی وحشی کی قوت کے حصول کے لئے سب سے پہلے اپنے اندر قوت مذکور کریں اور
اپنی دماغی قوت کا استعمال میں لائیں تو شاید عرصہ کچ حاصل ہوں گے۔

علمی وحشی اور پشٹی جس کا چوٹی دامن کا ساتھ ہے پشٹی جس کو اصطلاحی زبان میں "خواسر
دارائے ادراک" (Extra Sensory Perception) کہتے ہیں اور مختصر اسپر
کہا جاتا ہے اور مذکورہ کتاب میں ہم ESP کا مختلف ہی استعمال کریں گے۔ پشٹی جس ہر انسان
میں کم و بیش پائی جاتی ہے لیکن جیسا کہ پہلے علمی وحشی کے حوالے سے ذکر ہوا پشٹی جس یا ESP
سوائے چند مخصوص حالات یا لوگوں کے اپنی مرضی سے عمل میں لا مشکل ہوتا ہے اور بغیر شعوری
کوشش کے بعض اوقات ESP کے Flashes انسان پر وارد ہوتے ہیں جس سے ہمیں بعض
اکشفاات ہوتے ہیں۔

مذکورہ کتاب میں ESP پر پیر حاصل بحث کی گئی ہے جو قارئین کے لئے از حد مفید ثابت
ہوگی۔

راقم الحروف کو اپنی زندگی میں بار بار ESP کی تجربات ہوئے اسے آپ وہدان، علمی
وحشی روحانیت، بچے خواب، فیص بنی کچھ بھی نام دے سکتے ہیں۔

مثال کے طور پر میں میٹرک کا کالابھٹہ تھا اور سنٹرل ہاؤس کول لیز مال لاہور میں زیر تعلیم تھا
تو ظہر وہ چارلس اور لیڈی ڈیٹا کی شادی تھی تھی جی اور ان کے ساتھ اور شادی کی داستانیں
زبان زد عام تھیں۔ انہی دنوں روزنامہ جنگ کا لاہور سے آغاز ہوا تھا اور مذکورہ اخبار اپنے
معاشرین کی نسبت شروع شروع میں بہت زیادہ رنگین صفحات کارٹون کو سوجھ کرنے کے لئے
قابل کہا کرتا تھا۔ اخبار میں سے ہی اس شای جوڑے کے بارے میں خبر تھی خبر میں ہنسنے کو کتنی
دلی تھی۔ انہی دنوں میں نے اخبار میں ہر جا کہ لیڈی ڈیٹا نامیدہ تھی اور اس کے آئینہ میں
اول لکھنے والا تھا ساتھ ہی یہ بھی لکھا تھا کہ برطانیہ میں بنے ہازوں کے درمیان شریں لگ رہی

تھیں کہ ان کے بچے کا نام کیا رکھا جائے گا۔ میں بھی سوچ میں پڑ گیا کہ یہ کس قسم کی شرط ہے۔ بہر حال مجرم میں یہ بات بھول گیا لیکن ایک روز میں نے خواب میں دیکھا کہ ایک نورانی صورت بزرگ مسیحا لباس، مسیحا دیش بکھریٹ لائے اور کہنے لگے کہ بیٹا تم کیوں گنہگار ہو چاؤس اور ڈاناکے جیسے کا نام دوں گا۔ جب میں خواب سے بیدار ہوا تو بہت حیران ہوا کہ اس خواب کا کیا مطلب ہے۔ بہر حال چند دن بعد مجھ پر مقدمہ کھلا جب میں نے اخبار کا مطالعہ کیا کہ شادی جوڑے نے اپنے بچے کا نام دوں کر رکھا تھا۔

اسی طرح علم نجوم اور دل وغیرہ کے ذرائع کے حوالے سے بندہ نے بعض ٹائپ کو نیاس کیں جو کہ حیرت انگیز طور پر درست ہوئیں۔ اگرچہ علم نجوم اور دل وغیرہ ESP کے ذیل میں نہیں آتے تاہم یہ ٹائپ کو نیاس ایسی تھیں کہ ان میں علم نجوم اور دل وغیرہ محض ایک Tool کے طور پر استعمال کیا گیا تھا اور پیش گوئیوں کا بنیاد ESP پر ہی تھی کیونکہ اگر کوئی اور ایک سپرٹ اسی ذرائع کو دیکھتے وہ خبریں نہیں بتائے گا کیونکہ علم کے لحاظ سے ان ذرائعوں میں وہ معلومات نہیں تھیں جو کہ پیش گوئیوں کا سبب بنیں۔ ایسی بات کی حریف وضاحت کے لئے میں یہاں اپنے مرحوم دوست پائسٹ ملٹی اٹرن کا ذکر کروں گا جنہوں نے مقامی فائنچ ٹار بوٹس میں جہاں وہ دست شاسی کی پرنٹس کرتے تھے میری ملاقات احسان ٹالوی صاحب سے کروائی تھی۔ مجھے بعد میں پتہ چلا کہ احسان ٹالوی خود بھی علم نجوم یا سٹری وغیرہ میں بے غلطی ہیں انھیں یہ کہ احسان ٹالوی نے مجھ سے اپنی صاحبزادی کا زائچہ بنانے کی فرمائش کی یہ ایک سوئس صدی کی آدمی تھا جو دو درجہ جن دنوں پانچ بہاروں کے برج فور ٹور Lineup ہونے اور اس کے نتیجے میں کسی بڑے واقعے کے رونما ہونے کے حوالے سے پہری دنیا میں مباحث جاری تھے۔ بہر حال میں نے ان دنوں زائچہ بنانا نیا شروع کیا تھا حالانکہ علم نجوم کے حوالے سے میرا مطالعہ کئی برسوں سے جاری تھا۔ میں نے ٹالوی صاحب کی بنیادی زائچہ پر بنائی اور اٹارپین دونوں طریقوں سے بنایا اور اس کی تصدیقات بھی ساتھ لکھ کر میں جب زائچہ ان کے حوالے کرنے کے لئے ہماری ملاقات PACE میں ہوئی تو ٹالوی صاحب زائچہ پڑھ کر ہر بے حجب ہو گئے اور بڑے خوش بھی۔ کچھ چیزوں کی میں نے درست نتائج ہی کی تھی جبکہ کچھ باتیں ان کے لئے تھیں جس پر ان کی حیرت بجا تھی۔ لیکن

بات بتانے کے لئے Five million dollar question میں نے آپ کو یہ ساری کہانی بیان کی ہے وہاں کا ایک ایسا Compliment تھا جس کو میں کافی دیر بعد بخوبی سمجھ سکا انہوں نے اٹارپین کے ایک جوتی کا حوالہ دے کر کہا تھا کہ آپ کے ذرائع کا اعجاز اس سے بہت زیادہ ہے اور ان کے بقول وہ جوتی ان کے علم کے مطابق واحد جوتی ہے جس کے زائچہ میں وہ ان کی آئینہ شادی پائی جاتی ہے اس وقت تو مجھے کچھ نہیں آتی کہ زائچہ کا وہاں سے کیا تعلق لیکن یہ طور سے ہوئے میں محسوس کر رہا ہوں کہ ہمارے ہر فعل کا تعلق نہیں نہیں وہاں اور ESP سے جاتا ہے۔

جیسے ماں کو بچے کے بارے میں وہ جانی طور پر پتہ چل رہا ہے خواہ بچہ اس سے سنکڑوں میل کے فاصلے پر ہی کیوں نہ ہو۔ تصوف میں مرشد اور مرید کے درمیان بھی ایسا ہی ESP کا تعلق ہوتا ہے خاص طور پر مرشد کا مرید کے بارے میں خبر دیتی ہے اور خبر کو بھی جانتی ہے۔ کس کی غیر موجودگی میں بھی اس کا مرید اس کے بتائے ہوئے راستے سے نہ ہٹے ایک بزرگ کا واقعہ مشہور ہے کہ ان کا مرید گرامی کی طرف بڑھنے لگا تو انہوں نے وضو کرنے کرتے زور سے پھینکا مارا جو مرید کو اپنے اوپر لگتا ہوا محسوس ہوا اور وہ ایک دم ہوش میں آ گیا۔ حضرت عمرؓ کے بارے میں بھی سنا ہے کہ انہوں نے اپنے کپڑے کی کمانڈر کو جگ کے دوران باسارے پہنچل کی آواز دے کر کہوں میل کے فاصلے سے اسے جیل بھیج دیا کی طرف سے دشمن کے آنے کی حسیہ کی جو کہ انہوں نے ٹیلی ویژن یا ESP کے اصول کے تحت نہ لی۔

گزشتہ سطور میں 2000ء کا ذکر ہوا جس میں پانچ ستاروں کے ایک ہی برج میں ایک واقعہ اجراع ہوا ہے۔ مجھے بخوبی یاد ہے کہ یہ اجراع Mid May کے آس پاس مکمل ہوا تھا ان دنوں والد مرحوم میاں رمضان علی میرے پاس لاہور آئے ہوئے تھے۔ میری ان کے ساتھ عربی، فارسی اور دیگر علوم فنون پر بات چیت ہوتی رہتی تھی۔ میں نے انھیں مخاطب کر کے کہا کہ 10 مئی پر انڈیا کی جو قمری اعجاز ہوگی اس میں 688 کے نمبر سے شروع میں آنے کے درشن ادا کاٹت ہیں۔ جب والد صاحب نے اس کی وجہ پوچھی تو میں نے کہا کہ 15 مئی کے آس پاس لاہور و سارہ برج فور ٹور میں پہلے سے موجود Lineups ستاروں کے شروع میں آئے گا برج فور ٹور

تھے۔ بہر حال مکان خریدنے کے بعد والد صاحب نے دوبارہ معمول میں حصہ لیا تاہم وہ بتاتے ہیں کہ لاہور سے ایک شخص جو اپنے آپ کو CID کا ملازم بتا تھا یہ گفتیش کرنے کے لئے آیا تھا کہ آیا ان کا تعلق معا کے کیا کر یا سیکورین کے مالگوں سے تو میں جو کہ ہر دفعہ ان کا انعام لکھا ہے۔ ان دنوں اور آج بھی جنگ پزل کی یہ روایت ہے کہ انعام یا فننگان کے ایڈریس بھی دیے جاتے ہیں تا کہ ان کی Genuinness ظاہر ہو۔ اس کے بعد 1980ء کے عشرے کے وسط میں والد صاحب نے دوبارہ جنگ پزل کے ذریعے قسمت آزمائی شروع کی لیکن اس وقت معمول کے حوالے سے وجدانی کیفیت ختم ہو چکی تھی شاید قدرت نے ان سے کوئی زیادہ بہتر روحانی کام لینا تھا کیونکہ اسی اثنا میں والد صاحب نے سنٹرل باڈل سکول ایئر مال لاہور میں تدریس فرامض انجام دینے کے ساتھ ساتھ دادور بار میں بازار میں واقع قلعہ جی ایف کی ایک مسجد میں فی سبیل اللہ امامت کرانی بھی شروع کر دی تھیں۔ جبکہ عشاء کے بعد معمول تھا کہ دادور بار حاضری دیتے اور وہاں حضرت علامہ سعید احمد نقشبندی رحمۃ اللہ علیہ سے کشف الحجب کا درس لیتے۔ چنانچہ 1992ء میں سکول سے ریٹائرمنٹ کے بعد کشف الحجب کا قاری تر جہ کیا۔ اور قدرت کی بات دیکھنے کو اس تجربے کا کچھ حصہ بہت لیٹ ہو گیا تھا جو کہ 2008ء کا آغاز میں کتابی صورت میں شائع ہوا اور اس کے چند دن بعد ہی اپنے ہاتھوں سے یہ کتاب اپنے امراء و احباب میں یہ تجربہ کا تقسیم کرنے کے بعد اپریل کے مہینے میں جان جان آفرین کے سپرد کر دی اور ان کی زعمری کے حوالے سے ESP کا آخری حیرت انگیز واقعہ یہ ہے کہ وفات ہونے سے چند دن قبل ہی انھوں نے خواب میں ظاہر ہو کر اس طرح کے اشارات دیے کہ کھنے کے باوجود میں نے انہیں نظر اعجاز کیا لیکن ان کی وفات کے دن ہی مجھے اطلاع ہو گیا کہ میرے دل کے تسلیم نہ کرنے کے باوجود یہ حقیقت تھی کہ انہوں نے قبل از موت ہی مجھے آگاہ کر دیا تھا کشف الحجب کے حوالے سے والد صاحب کے استاد و گرامی علامہ سعید احمد نے بھی چند روز پہلے اپنے انتقال کی پیش گوئی کر دی تھی اور وہی میں کشف الحجب کے درس کے دوران..... جو نہ صرف یہ کہ ان کے شاگرداں رشید اہول والد صاحب بلکہ خدا کے لئے خود اپنے کانوں سے سنا..... جو کہ لاؤڈ سپیکر کے ذریعے درس دیتے ہوئے انہوں نے کہا کہ مجھے یوں لگ رہا ہے کہ میری ہڈیاں میرے گوشت سے جدا ہو

حاکم ستارہ بھی زہرہ ہی ہے اس کا متعلقہ عدد 6 ہے لہذا 6 ہائز باڑ کے متوقع نمبر کے آغاز میں آنے کا امکانات بہت زیادہ ہیں۔ اس کے بعد اصل وہاں پہلے سے موجود ہے جس کا کلی نمبر 8 ہے لہذا 6 کے بعد 8 کی نمائندگی 63 کا آخری حاصل ہوتا ہے۔

اس کے بعد تیسرے اور آخری 8 کا پس منظر بتاتے ہوئے میں نے کہا کہ چونکہ مشتری اور عطارد وہاں کافی سارے موجود ہیں اس لئے ان کی پاور انفرادی طور پر ظاہر ہونے کی بجائے ان کے قران (Conjuction) کا باعث کے حوالے سے اس طرح ظاہر ہوئی کہ ان کے متعلقہ حروف آپس میں جمع ہو جائیں گے یعنی مشتری کی کلی نمبر 3 اور عطارد کا کلی نمبر 5 جب آپس میں جمع ہوں گے تو ہمیں 8 کا عدد حاصل ہوگا اور اس نمبر کا ہمارا پیکٹ 688 حاصل ہوگا مجھے اچھی طرح یاد ہے کہ جب میں نے زہرہ ستارے کا حوالہ دیا تھا تو والد صاحب نے انہیں گفتیش کیا تھا کہ ماسی زہرہ تو کل تک نکلا نہ صاحب میں ہماری ہمسائی تھی وہ برج ثور میں کہاں سے آگئی۔ بہر حال پندرہ مئی کی قرعہ اندازی میں جب میں نے 688 کا پیکٹ فرسٹ نمبر پر لگا دیکھا تو مجھے زیادہ حیرت نہ ہوئی کیونکہ اس نمبر کا پانے کا طریقہ علم نجوم کو استعمال ہوتا تو محض ایک ہمانہ تھا ورنہ یہ تو ایک Flash کی صورت میں مجھ پر وارد ہوا تھا کہ کس فکر کو پہلے رکھنا تھا اور کس کو بعد میں اور کن فکر کو آپس میں جمع کرنا ہے۔

والد صاحب کے حوالے سے بریکٹیل تذکرہ یہ بھی بتانا چاہوں کہ Sixties میں والد صاحب کا اردو کے محسوس کے حوالے سے وجدان اس قدر زیادہ تھا کہ وہ شمع معا جو شاہ عالمی امور سے جاری ہونے والے شمع رسالہ میں چھپتا تھا اس کو کھٹ پٹ مل کر لیجے اور آخر انعام لینے رہتے تھے جبکہ ایک بار پہلا انعام انہوں نے اسکیلے حاصل کیا جو اس وقت کے لحاظ سے اتنا زیادہ تھا انہوں نے ریلے سے روڈ نکلا نہ صاحب ہا القابل گرد اور تہو صاحب ایک کنال کا سکسوں کے دور کا تعمیر شدہ مکان خرید لیا تھا جس میں آج بھی ہم پانچوں بھائی وراثت میں حصہ دار ہیں قابل ذکر بات یہ ہے کہ آخر وغیرہ ملازمین معصی مل کرتے ہیں اور سینکڑوں جمادات permutation کے بعد بھیجتے ہیں مگر کسی انعام کی امید کرتے ہیں لیکن والد صاحب کے اس والے سے ESP کا یہ عالم تھا کہ وہ ایک معا بھیج کر ہی درست جواب کا انعام حاصل کر لیتے

ری ہیں اور مجھے لگ رہا ہے کہ میرے ذریعے جتنا استفادہ آپ لوگ کشف الکجوب کے کر سکتے ہیں کرلیں۔۔۔۔۔ اس بات کے چہرہ زبیدی وہ اس دار قانی سے کوچ کر گئے۔۔۔۔۔ ان کا حرار بھائی گیٹ لاہور کے باہر مرغ خلیق ہے جہاں ان کا قائم کردہ مدرسہ بھی ہے شاید یہ کشف الکجوب کا اعجاز تھا کہ اس کے پڑھنے والوں پر سب عجائبات کا کشف ہو گیا اور انہیں ہسیرت کی آنکھ سے وہ سب کچھ نظر آنے لگ گیا جو کہ دوسرے لوگ نہ دیکھ پاتے ہوں۔

ملی جیتی اور ESP کے حوالے سے مقامی اور غیر ملکی ماہرین نے جنات اور بہوتوں اور ارواح کا بھی ذکر کیا ہے اور چین لوگوں میں ششے کے گھاس پر انگلیاں رکھ کر روح کو بلا کر اور روح کا سوال کے جواب میں ہاں یا ناں کے اظہار کے لئے انگلیوں کے دباؤ کے بازو جو گھاس کو آگے یا پیچھے بلا کر انعام ہے کہ اکثر تاولوں، دوسروں اور قلموں میں اس کا ذکر کرتا ہے اس طرح غیر ملکی اور غیر مسلم ماہرین کے ہاں جنوں اور بہوتوں کے قصے بھی ملتے ہیں جن کے تانے بانے ان کے اپنے ماحول اور ثقافت کے حوالے سے ہوتے ہیں۔ ان میں سے کس حد تک غلط یا صحیح ہوتے ہیں یہ کہنا مشکل ہے اگرچہ ان میں سے اکثر فریڈیا کا رد باری Tricks کہتی ہوتے ہیں اور ہمارے ہاں بھی جھوٹ پر بحث کے حوالے سے دعوے کرنے والے زیادہ تر غلطی ہوتے ہیں اور جو سچے ہوتے ہیں وہ بہت کم سامنے آتے ہیں کیونکہ انہیں لوگوں سے کسی مفاد کی لالچ نہیں ہوتی تاہم مجھے ابھی بھی اس بات سے اختلاف ہے کہ لوگ جن کا توکر سکتے ہیں اور ان سے کام لے سکتے ہیں کیونکہ اگر یہ سچا عام اور آسان کام ہو جیسا کہ لوگ دعوے کرتے ہیں تو ایسے عاملین کو چاہیے کہ اپنے قلم جنوں کو اڑھ یا اور پاکستان کے بارڈر پر لگا دیں تاکہ کوئی دوائی نہ ہو اسی طرح ایسے جنوں کو پاسداران کی کابینہ کا جاسٹس بن کر سکتے ہیں کہ وہ پاکستان کی تحکیم کے فیصلے نہ کریں۔

جنوں کو اپنا مطلب بتانے کے حوالے سے مجھے آج سے چہرہ سال پرانے واقعات ایک قسم کی مانند میرے دماغ کے پردے پر گھونٹے لگ گئے ہیں۔۔۔۔۔ ہوائوں کہ تصور چہرہ والا ہور میں میرے دوست و سبک بزم صاحب رہے ہیں ایک روز میں ان سے ملنے گیا تو انہوں نے اپنے ایک محلے دار محمود عرف سودی سے تعارف کر لیا۔ سودی ایک کاروباری نو جوان ہے ہاتھ پاؤں میں اس

نے مجھے بتایا کہ ان کے محلے کا ایک ٹیک اور بارشٹل نو جوان انہیں نماز پڑھنے کی بھی تلقین کرتا ہے اور احادیث و قرآنی آیات سن کر ٹنگی کا درس بھی دیتا ہے ان کے بقول اس بارشٹل نو جوان جسے ہم مجید کہیں گے کی یہ خصوصیت تھی کہ اس کے قبضے میں سیکڑو جن تھے یہ سن کر میں چنگ اٹھا اور میں نے اپنی عادت کے مطابق پیچھے کر دیا کہ یہ بات جھوٹ ہے اس پر سودی صاحب کہنے لگے کہ اس ٹیک نو جوان مجید کو ان کے ساتھ جھوٹ بولنے کی کیا ضرورت تھی سودی کے بقول وہ اپنے آستانے پر جنات کی حاضری بھی کرتا ہے اور ایک دفعہ بادشاہی مسجد میں رہائش پزیر جنات قبیلہ کا ایک معجزہ فوت ہو گیا تھا تو اس کی نماز جنازہ کے لئے بھی جنات نے مجید صاحب کو بلوایا تھا۔ بہر حال میرے پیچھے پر سودی صاحب نے مجید کو میرے بارے میں اور میرے ان کے بارے میں خلک و شبہات کے بارے میں بتا دیا۔ مجید صاحب اس وقت اپنے مریدین میں جن کی اکثریت نو جوانوں پر مشتمل تھی تشریف لے گئے وہاں مجید صاحب نے جلال میں آ کر فرما کر طیم کو تازہ کمرے سے پاس ساڑھے آٹھ سو جن ہیں۔ ان کے ایک مرید نے فقرہ لگایا کہ طیم سے کہو کہ وہ کوئی پھل پکڑ لے ایک ایک جن باری باری حاضر ہوگا اور ایک چھڑا اسے رسید کر کے کہے گا کہ اس کا نام نکال ہے اور گھرو۔

اسی طرح دونوں طرف سے پیغام رسانی ہوتی رہی اور آخر کار مناظرے کے لئے ایک دن مقرر ہو گیا۔ میں ان دنوں چھلی منڈی سرگرمی کر رہا تھا کہ ایک کمرے میں کھٹے پڑھنے کے لئے گیا اور تھا۔ وہاں انہیں آنے کی دعوت دی۔ نماز عشاء کے بعد وقت مناظرے کے لئے ملے ہوا تھا اس لیے پہلے ہی دسک بٹ صاحب ہانچے کا پتے میرے پاس پیچھے اور کہنے لگے کہ ان کی والدہ نے بتایا ہے کہ اس طرح کے لوگوں کے پاس واقعی جنات ہوتے ہیں لہذا آپ کہہ دے کہ ان کے اپنے کمرے کھل جائیں۔ اندر سے تو میں بھی ڈرا ہوا تھا لیکن میں نے کہا کہ اب میں پیچھے نہیں ہٹ سکتا میں نے اپنی ایساپ کے لئے اپنے ایک روحانیت سے شغف رکھنے والے دوست کو بھی بلایا تھا بہر حال دسک بٹ صاحب مجھے تو تھوڑی دیر بعد ہی میں کمرے سے باہر نکل کر کسی کام سے آیا تو دیکھا کہ وہ دو گتے لیے تر گتے جوانوں سے بھرے ہوئے کھڑے ہیں اور وہ لوگ وہاں کسی سے میرے بارے میں دریافت کر رہے تھے۔ میں نے ان لوگوں سے پوچھا کہ آپ

میں سے مجید صاحب کون ہیں انہوں نے کہا کہ آپ اگر صاحب علم ہیں تو خود اعجاز لکھیں کہ
 مجید صاحب کون سے ہو سکتے ہیں۔ اگرچہ ان میں اور بھی داڑھی والے لوگ موجود تھے اور انہوں
 نے ان میں سے ایک کا مجھے مجید ہونے کا جھانسہ دینے کی بھی کوشش کی لیکن میں نے اللہ کے کرم
 سے مجید صاحب کو پہچان لیا۔ اس طرح پہلا Impression ایسا پڑا کہ میری حوصلہ افزائی
 ہو گئی کہ میں ان کے دن سے سوئے ہوئے ڈگس سے توجہ دے کر بعد میں نے پہلا سوال مجید صاحب
 ہی کیا کہ وہ مجھ پر جنات کے ذریعے وار کرنا نہیں یہ سنتے ہی مجید صاحب نے جیترا بدلا اور کہنے
 لگے کہ میرے پاس جنات ضرور ہیں لیکن ان میں میرا کمال نہیں ہے بلکہ یہ میرے بزرگوں نے
 مجھے وراثت میں دیے ہیں۔ مزہ یہ کہ میں نے دین کو مکمل تشا نہیں بنایا ہوا اور جنات کی
 حاضری خدا کی نہیں ہے وغیرہ۔ سب سے بڑھ کر یہ کہ انہوں نے کہا کہ میں تو آپ کو ملنے کے لئے
 آیا ہوں میرا مقابلیہ کوئی ارادہ تھا نہ ہے اور اگر آپ صاحب علم ہیں تو آپ اعجاز لکھ سکتے ہیں
 کہ میں کس قبائش کا آدمی ہوں۔ میں نے جب اصرار کیا کہ آپ کے سر یہ سن نے ہی مودی
 صاحب کو مقابلے کا وقت آپ سے بچ چہ کہ وہ تھا تو وہ میرے دل پر خفا ہونے لگے لیکن میں اپنے
 مطالبے سے باز نہ آیا کیونکہ میں نے پہلے مودی صاحب پر واضح کر دیا کہ میں ایسے لوگوں کی
 نفیات سے سختی واقف ہوں اور مقابلے یا مناظرے سے پہلو ہٹ کر ملنے والے مجھے ایک
 طرف لے جا کر درخواست کریں گے کہ جنات جانے دیجئے ہماری روٹی روزی کا سوال
 ہے۔ اس پر مودی صاحب نے مجھے کہا تھا کہ آپ اس بات پر بالکل کھردہ مارتے کریں بلکہ اگر کوئی
 ایسا اشارہ بھی ملے تو آپ ملجھ گی میں جانے کی بجائے سب سے سامنے پروہ قاش کریں چنانچہ
 میں نے اصرار کیا کہ اگر آپ مقابلے نہیں کرتے تو اپنے ہارنے کا اعلان کریں کیونکہ آج ہار جیت کا
 فیصلہ ہونے بغیر بات نہیں ہوگی پھر وہ آئیں یا نہیں ثابت کریں گے کہ میں ان تصویروں کی ہیں
 جن کی وجہ سے جنات حاضری نہیں دیں گے۔ میں نے تصویروں پر اترا دیا تو وہ پھر دوسرے
 جہانے کرنے لگے ان کے اس طرز عمل سے مایوس ہو کر ان کے ایک دوسرے داک آؤٹ بھی کر
 گئے کیونکہ ان کو تو کچھ اور ہی بتایا گیا تھا۔ میں اگرچہ وار کرنے کا کہہ رہا تھا لیکن میں اندر سے
 ڈرا ہوا تھا کیونکہ مجھے جنات وغیرہ کا کچھ نہ تھا اور نہ ہی میں نے کوئی حیلہ وغیرہ کر رکھا تھا تاہم

میں نے تین بار آیت الکرسی پڑھ کر خود کو حصار میں لے لیا تھا اور اس بناء پر میں انہیں بار بار حملہ
 کرنے کے لئے کہہ رہا تھا دوسری طرف میرا دوست باہر مجید صاحب سے مرعوب ہو کر ان کی
 باتوں کو سن و عن تسلیم کر رہا تھا جس پر مجھے بھی آہ آہ اور شہید مایوسی بھی ہوئی۔ بہر حال مجید
 صاحب بڑی مصفااتی سے معاملہ کو ل کر گئے اور رخصت ہو گئے اس کے بعد ان کے اکثر مریدوں
 نے ان کو چھوڑ کر میرے ملتحد ارادات میں آنے کی کوشش کی لیکن میں نے انہیں یہ کہہ کر مایوس کر دیا
 کہ جس چیز کے میں خود عطا ہوں۔
 اس چیز کے لئے انہیں کس طرح ہاں کہہ سکتا ہوں۔

آپ اعجاز لکھیں کہ لوگ کس طرح دین کی آؤ لے کر سادہ لوح لوگوں کو روحانیت کے نام
 پر گمراہ کر رہے ہیں۔ مجید صاحب کے بارے میں بھی لوگوں کا بچہ کہا تھا کہ وہ ان سے بیوس کی
 ایما ڈ بھی نہیں کر سکتے بلکہ انہاں کی امداد بھی کر دیتے ہیں تو جب انہیں لوگوں سے کوئی لالچ نہیں
 ہے تو وہ ان سے جھوٹ کیوں بولیں گے۔ اس بات کا جواب ان لوگوں کو کچھ ماہ بعد خود ہی مل گیا
 جب انہیں پتہ چلا کہ مصوف اپنے کچھ مریدیوں کو کرکٹ کے جوا بھلانے کی لالچ میں انکال کر
 چکے ہیں نیز ایک سرے سے پیسے لے کر دوسرے کو بھرتے تھے اور آستانے پر بچیاں بجا کر جن
 کی آؤ کا جھانسہ دیتے اور خوشبو بھی پھیلا دیتے پھر بچیاں ہلا کر لوگوں کو بتاتے کہ گوہ قاف سے
 جنات ان کے لئے فلاں خوشبو کا تھنہ لے کر آئے تھے۔

اب برائے سبیل تذکرہ کہ میرے دوست باہر صاحب کے بارے میں بھی بتا چلوں جو کہ مجید
 صاحب کے دام میں آ گئے تھے۔ میں اور باہر صاحب داؤ دار میں باہر میں کھینے وغیرہ ضرورت
 کرنے والے ایک سید صاحب کے پاس ان سے علوم نجوم کی معلومات کے لئے چایا کرتے تھے
 سید صاحب کو دھوکہ دیا تھا کہ انہوں نے درجنوں ہندو ارواح مثلاً پدم مونی، بانادی اور نومان وغیرہ
 کو اپنے میں کر رکھا ہے۔ اور وہ لوگوں کو ان ارواح کو حاضر کر کے بہت سی باتیں بتایا کرتے تھے۔
 لیکن ان کا اپنا یہ عالم تھا کہ جب سب لوگ چلے جاتے تو انہیں تھیں رو جاتے تو مجھ سے درخواست
 کرتے میں چنانچہ طر ازل یعنی آ کی چنگ کے ذریعے ان کے سوالوں کے جواب دوں اور
 ان سے جوابات سے مدد صرف حشر ہوتے بلکہ ان کی روشنی میں اپنا لالچ مکمل تیار کرتے۔

ایک روز میں بھی اور ڈراموں میں سے سید صاحب سے کہا کہ آپ ارواح کی حاضری کرتے ہیں میں آپ کو ٹیڈ بھی کے ذریعے بہت کچھ بتا سکتا ہوں۔ پہلے تو انہیں یقین نہ آیا لیکن میرے اصرار پر انہوں نے انہیں ان کی مگنٹر کے بارے میں بتایا جائے جو کہ اس وقت انہی کے علاقے ساحلہ میں رہا تھا۔ میں نے اپنی آنکھیں بند کر لیں اور اپنی توجہ کو مرکز کیا اگرچہ میں نے ملی جیسی انفرہ کی مشقیں نہیں کی ہوئی تھیں لیکن میں نے پشتم تصویر سے سید صاحب کی مگنٹر کو دیکھا اور آج بھی بخوبی یاد ہے کہ میں نے ان کی گلابی رنگ کے شلوار قمیض میں بلیوں ایک لوجان خواہر مت دوشیزہ کو دیکھا جس نے ہاتھ میں کتا دادر چھری پکڑ رکھی تھی اور باور ہتھی خانے کا کھر لگ ہاتھ باور ہتھی خانے کے دروازے میں دو خاتون کھڑی تھیں اور باہر ایک چار پائی بیڑی تھی۔ مجھے جو چوکھڑا اور ہاتھ میں بلغم کو دست سید صاحب کو بتاتا چار ہاتھ جب بات مکمل ہو گئی تو میں نے انہیں کھول دیں۔ سید صاحب کہنے لگے کہ میں آج چار تہاہری بات کی تصدیق کروں گا بالکل آکر فیڈ بیک دوں گا میں ادرے ڈراما ہاتھ کہ میں نے آج چکر تو چلا دیا ہے لیکن اس کا انحصار ارا جانے کیا ہو گا۔ اوپر سے باہر صاحب بھی اس بات کو ہوا سے رہے تھے کسی کی توجہ کو یاں لگا لگا آسان نہیں ہوتا۔

مختصر یہ کہ گلے دینے سید صاحب سے ملاقات ہوئی تو وہ میری تمام باتوں کی تصدیق کرتے رہے تھے ان کا کہنا ہے کہ حکومت ہم راجا دوار کے علاقے میں بیٹھے ہے یا میں کر رہے تھے اس وقت ان کی مگنٹر لیکن میں دونوں کے سامنے سبزی کاٹ رہی تھی اور دیگر اشارات بشمول لباس وغیرہ بھی درست پائے گئے ماس کے بعد باہر صاحب تو میرے پیچھے ہی پڑ گئے۔ اور روزانہ مجھ سے کسی کے بارے میں سوال کرتے۔ میں مراقبہ میں جا کر اس شخص کو تصور کی آنکھ سے دیکھتا تو ان کو جواب دے دیتا اور پھر میں تصدیق کے بعد وہ جوابات درست ثابت ہوتے ایک سال کے عرصے میں صرف ایک بار امداد بھان لفظ لکھا تو وہ مایوس سے ہو گئے اور کہنے لگے کہ تم نے مجھے غلط بتایا ہے تھہرا نظم ٹیک نہیں ہے میں نے انہیں کہا کہ میں نے تو پہلے بھی کبھی دوسری بتائی کیا تھا یہ تجربہ تو میں اس لئے دوہرا ہاتھ کر کہ آپ جیسے لوگوں کو باور کرواؤں کہ ESP کے لئے جاہل اور حاضرات کی ضرورت نہیں ہوتی اور نہ ہی دیگر لوازمات کی بلکہ اگر آپ تھوڑی سی ارٹیکل توجہ سے

کام لے کر اپنی دہرائی قوت میں اضافہ کر سکتے ہیں لیکن پھر بھی حتی طور پر آپ کوئی دوسرے شخص کر سکتے کیونکہ دہرائی قوت کا خاصہ یہی ہے کہ سوائے چند خصوصیات کے آپ اسے سستی اعزاز میں استعمال نہیں کر سکتے بلکہ یہ ایک Flash کی طرح ہے جو کہ کبھی ایک دم آ جاتا ہے اور کبھی بالکل نہیں آتا۔

سلور ہالا سے آپ یہ اعزازہ نہ لگائیں کہ میں جنات کے وجود سے انکاری ہوں بلکہ اسلامی نقطہ نظر سے جنات پر جتنا عقیدہ ہونا ضروری ہے وہ میں رکھتا ہوں لیکن میں اس چیز کے خلاف ہوں کہ کوئی شخص جنات پر قبضہ کر کے انہیں اپنی مرضی کے مطابق چلا سکتا ہے۔ میرے والد صاحب مرحوم جو کہ حقیقت پسند شخصیت تھے لوہا سی بات کہ انہوں نے میرے اندر بھی راسخ کیا وہ بتاتے ہیں کہ نکاح صاحب آئے سے پہلے وہ ترقی گاؤں چک دونوں میں رہائش پذیر تھے۔ یہ میری بیویائش سے پہلے کا واقعہ ہے۔ والد صاحب بتاتے ہیں کہ وہ رات کو گاؤں کے قریب پہنے والی ضرے کنارے جنات کا چکر لڑنے جاتے تھے جس کا مقصد جنات پر قابو پانا نہیں بلکہ جنات کو کسی شخص سے اتارنا تھا۔ چالیس روز بعد ایک سری کا صدمہ انہوں نے دیا تھا۔ آنے والے کسی جانور کو دینا تھا جس کے بعد ان کا چکر مکمل ہو جاتا۔ والد صاحب بتاتے ہیں کہ چالیسویں دن حصار باغ سے چکر لڑ رہے تھے کہ ایک کالا کتہا پاں آ گیا اور انہیں ڈرانے لگ گیا۔ اچانک ان کے ذہن میں آیا کہ کہیں یہ کتہہ کی سری کے لئے نہ آیا ہو اور پھر یہ سوچ کر ان کے رونگٹے کھڑے ہو گئے کہ انہوں نے کتہے کی سری لانے کے لئے شہر جانے کی زحمت نہیں کی تھی اور اس بات کو عام اعزاز میں لیا تھا۔ اس کے ساتھ ہی ان کا چکر مکمل ہو گیا۔ تھوڑی دیر بعد کتا تو چلا گیا لیکن جب وہ حصار سے نکلے تو جنات نے ان کو ڈرانا شروع کر دیا۔ والد صاحب بتاتے ہیں کہ جنات انہیں بڑی بڑی ٹھٹھکیں بنا کر ڈرایا کرتے تھے کہیں ان کے سر چھوئے چھوئے ہو جاتے اور انہیں لمبی لمبی من جاتیں اور کبھی ان کی ناخیم چھوٹی چھوٹی ہو جاتیں اور سر بہت بڑے بڑے ہو جاتے ان کے ڈرانے کی وجہ سے والد صاحب کی زندگی کے معمولات بہت متاثر ہوئے تھے ان کی تنہک کی ملازمت بھی متاثر ہو رہی تھی اور والد صاحب اس مسئلے کی وجہ سے اگ پریشان تھیں اس اثنا میں انہوں نے گاؤں سے نکاح صاحب شفٹ کر لیا والد صاحب بروقت پریشان رہتے

تھے اور ان کا دل کسی کام میں نہیں لگتا تھا۔

ایک روز والد صاحب اس پریشانی کے عالم میں مگر سے باہر کھڑے تھے کہ انہوں نے دیکھا کہ کچھ لوگوں نے ایک مہذب کو چار پائی پہاڑا رکھا ہے اور وہ دخول پینے ہوئے اور بھٹکا ڈالنے ہوئے جا رہے تھے والد صاحب نے ان کا بچپنا کیا تو وہ ایک نعلے دار کے گھر جا کر رک گئے جو کہ اس مہذب کا مرید تھا وہاں والد صاحب کو پتہ چلا کہ یہ صاحب کا نام سید جلد شاہ بخاری تھا اور مرید محتانت علی بہت مشکلات میں گرفتار تھا لیکن یہ صاحب کی بیعت کرنے کے بعد اس کے گھر میں سکون اور خوشحالی کا دور دورہ تھا۔ یہ صاحب کی خصوصیت یہ تھی کہ انہوں نے ڈاڑھی بھی نہیں رکھی تھی اور مریدوں کو گالیاں دیتے تھے جو ترک سمجھ کر کھول کرتے تھے تھران کے پاس ایک ڈنڈا یعنی مٹھی تھی جس سے وہ لوگوں کی طبیعت بھی ٹھیک کر دیتے تھے بلکہ ڈنڈا کا لگنا لوگ سعادت سمجھتے تھے۔

والد صاحب کی درخواست پر یہ صاحب نے انہیں اپنا مرید بنالیا یہ صاحب مہذب تھے وہ گالیاں بھی دیتے بے جا فرائش بھی کرتے اور سب سے بڑھ کر یہ کہ ان کی رال بہت تھی اور وہ جموڑ بھی والد صاحب کو کھانے کے لئے کہتے والد صاحب نے ایک بار بھی کراہت کا اظہار نہ کیا یہ صاحب نے حسب عادت ان دنوں کو بھی مخالفت سے نوازا جو والد صاحب کے پیچھے پڑے ہوئے تھے۔ اور اس طرح ایک ہفتے کے اندر اندر والد صاحب پہلے بچے ہو گئے جیسا کہ کچھ ہوا ہی نہ ہو۔

یہ صاحب کا ایک فیضان یہ بھی تھا کہ میرے ماموں ایک محل کے مقدمے میں بے گناہ پکڑے گئے تھے۔ اور یہ صاحب اپنی مٹھی کو زمین پر مار کر ماموں کی رہائش کا قہر ہمارے تھے تو دوسری طرف پولیس ملازمین انہیں حوالات سے نکال کر رہا کر دے تھے کہ وہ بے گناہ ثابت ہوئے تھے۔

والد صاحب جیسے تعلیم یافتہ اور روشن خیال شخص کا ایک مہذب کی بیعت کرنا اس لئے سمجھ میں آتا ہے کہ وہ جس معصیت سے دوچار تھے اس مہذب نے انہیں اس سے نکالا تھا لیکن مجھے والد صاحب کی بات پر ایک سو ایک فیصد یقین ہونے کے باوجود خود اس شخص ہے کہ ہو سکتا ہے

کہ والد صاحب جس چیز کو جنت سمجھ رہے ہوں وہ ان کا اشتغال زمین ہو جو کہ محل کی رحمت کی صورت میں ہوا ہو۔ لیکن ظاہر ہے کہ جس طرح سانگیس کے عام مریدوں کو یہ معلوم نہیں ہوتا کہ اسے سانگیس ہے اور نہ پھر وہ سانگیس ہی نہیں رہتا اس طرح سانگیس میں والد صاحب کو بات کی شہین نظر آتی ہوں۔ اس بات کا ذکر کرتا ہوں اس لئے ضروری سمجھا کہ نبی ختمی کی محنتوں کے بعد بھی اگر ماہر استاد کی نگرانی میں نہ ہوتا تو سانگیس وغیرہ کا شکار ہو سکتا ہے اس لئے میں نے اس کتاب میں سانگیس کے حوالے سے ایک مہذب باب تحریر کیا ہے جس کا مطالعہ لارکین کے لئے فائدہ سے خالی نہ ہوگا۔

جنت کے بارے میں نے اپنا نظریہ والد صاحب کے قربات و اقوال کی روشنی میں بنایم واکست تحریر کر دیا ہے ایک بات میں اتنا بھول گیا کہ چلنا بھل ہونے کے باوجود والد صاحب جنت کا تارو پتے تھے کیونکہ صرف یہ نہیں دیا گیا تھا تو نہ چلنا تو مکمل تھا والد صاحب نے روحانیت کو بچنے کے طور پر نہیں اپنایا اور نہ ہی ہم نے ان کی گندی سنبھالی تھی جو وہ مصلحت آمیز جموڑ بننے لگے یا میں آپ کے سامنے لفظ بیانی کرتا ہوں جنت اور جاوہ کے حوالے سے میری لگی عالمی آراء کو تبدیل کرنا بہت مشکل ہے لیکن اگلی طور میں آپ کو بتاؤں گا کہ بعض قرعین رشتے اپنے مفادات کے حصول کے لئے کسی طرح جنت اور جاوہ کے نام پر اپنے قرعین لوگوں کو لفظ جانی کرتے ہیں۔

یہ واقعہ جو میں آپ کو سناتا جا رہا ہوں مجدد صاحب والے واقعے سے ذرا پہلے کا ہے چونکہ لکھنؤ والی علوم سے شروع ہی سے شفق رہا ہے اس لئے میں اکثر ان لوگوں کے ساتھ وقت گزارتا جن کا ان علوم سے کچھ تعلق تھا ایک روز میری رات اور بار کے باہر فطیل بادشاہ دہلی نامی ایک اسٹ سے ملاقات ہو گئی جو کہ حال ہونے کا بھی دھڑے دار تھا۔ وہ کہتا ہے لاہور آیا تھا تھا خدا تم نے اس کے کہنے پر اسے بندر دہلی ایک ستاسا کرہ کرایہ پر لے کر دے دیا تاکہ وہ وہاں محل اختیار کر سکے۔ میں دوسرے دوستوں نے اسے ازراہ ہمدردی پر موٹ کیا تھا لیکن اس نے اپنا بہت باطن کا مظاہرہ کرتے ہوئے ہمارے دوستوں میں سے ایک ضیف العتیدہ شخص کو کشتے لکھنؤ لیا اور اسے بھی ہمارے خلاف کر دیا فطیل بادشاہ دہلی خود بہت چٹا خرم چاہتا تھا اور اس

نے میرے سامنے ہمارے اس دوست جس کو شہر دو کہوں گا قلعہ ہاتھیں بھی تانیں لیکن فرانس کے زیر اثر وہ ان کو بھی بچ کر روانہ کیا۔ نوبت پائی جا رسید کہ شہر دو ٹیلی بادشاہ ڈی کو ہمارے تائے بغیر اپنے گھر لے گیا جو کہ دراصل اس کے سرال کا گھر تھا جہاں وہ رہائش پذیر تھا ٹیلی بادشاہ ڈی نے شہر دو کی سالی کو کشش میں آتا رہا اور اس کے ذریعے ایسے ایسے مشیدے ملی بھگت کر کے دکھائے کہ سب بھگت بدعنوان ہو گئے۔ ان واقعات کی تفصیل میں جاؤں تو ایک الگ فخر درکار ہو گا تاہم ہجرت و فحشیت کے لئے چند واقعات کا اجمالی سا ذکر کروں گا۔

ایک دور دو ٹیلی بادشاہ ڈی نے اپنے مرید شہر دو سے کہا کہ تمہارے گھر میں دفینہ چھپا ہوا ہے دراصل یہ "دفینہ" ڈی صاحب نے اس مرید کی سالی کے ذریعے سلور دم میں رکھوا دیا تھا جو کہ ایک تلافی گھر کی لیے لیتے گھر والوں کے ہاتھ میں آ گیا۔ شہر دو اور اس کے سالوں میں شہن مٹی کیونکہ شہر دو کا کہنا تھا کہ دفینہ اس کا ہے جبکہ ڈی نے اسے اس بارے میں اطلاع دی تھی۔ جبکہ اس کے سالوں کا اسرار تھا کہ چونکہ یہ خزانہ ان کے گھر سے ملا ہے لہذا وہ اس کے حقدار ہیں وہ فیصلہ کرانے کے لئے ڈی کے آستانے پر آئے انہیں دیکھتے ہی ڈی نے کہا کہ یہ خزانہ تم لوگوں کا نہ انصافی کی وجہ سے اب خزانوں میں تبدیل ہو چکا ہے واقعی جب انہوں نے کپڑے کی جھلی جس میں خزانہ موجود تھا کو ملی تو وہاں خزانہ نہ پائے ہوئے تھے حالانکہ ڈی نے پہلے ہی مرید کی ذریعے خزانہ رکھوا دیا ہے اس طرح ایک بار ڈی صاحب اپنی اس مرید کی کوشیا ز قنندر کے در پر لے گئے اور وہاں پر مرید نے ان جان دیا کہ صاحب قنندر کے در پر چھپا ہوا ڈال رہے تھے ایک پاؤں زمین پر لیکن دوسرا پاؤں ہوا میں معلق نظر آ رہا تھا اور جب اس نے ان کے پیروں کے نیچے ہاتھ پھیرا تو اس کا ہاتھ اڑا رہا ہو گیا یعنی میر صاحب کے دونوں پاؤں زمین پر نہیں تھے مرید کہ قنندر پاک کا ایک جسے کی شکل میں لاہور تک ان کی حفاظت کے لئے ان کے پیچھے گاؤں کے پیچھے دوڑتا ہوا آیا۔

ان سب پر مستزاد ڈی صاحب کا یہ دعویٰ تھا کہ ان کے کندھوں کے عین درمیان میں (احمد باللہ) غوث پاک نے ہر لائیت شہت کی تھی اور انہیں ایک چار اور کرا ابھی حیاتیت کیا تھا خواہ میں جو کہ بیماری کی حالت میں ان کے پاس موجود تھے یہاں تک بھی بات بن جاتی تھیں کہ

واسطے جاہلوں سے قہار شہر دو کہ انہوں نے مجھ سمیت دوسرے دوستوں سے ملنے کو منع کر دیا تھا لیکن میر صاحب کی شامت اعمال کہ انہوں نے مرید نے ایک اعتراف نامہ لکھوایا کہ بہنوئی اس کے ساتھ ناجائز تعلقات دروہار کے ہوئے ہے اور اس پر پچھکار کیا یہ ایک طرف تو اپنے مرید کو بیک میل کرنا ہر اور دوسری طرف اس کے سالوں کو روٹ لایا کہ غیرت کے نام پر اپنے بہنوئی کو قتل کر دیں جب پانی سرے گذر گیا تو شہر دو کہ ہماری یاد آتی۔

اور ہم نے میر صاحب شہر دو اور اس کے سالوں کو چلایا اور وہاں ہی حقیقت کو ملی لیکن ڈر کے مارے کوئی میر صاحب کو ہاتھ لگانے کو تیار نہ تھا وہاں میں نے یہ بھی کھیر کیا کہ ان پڑھ ہونے کی وجہ سے یہ عیر ہم سے تعویذات و طفران سے لکھوایا تھا اور بعد میں انہیں عرق نگاہ کی بوتل میں ڈال کر دعوے کا کدات کو محامد کے دوران جنات یہ تعویذات لکھ کر بوتل میں ڈال گئے تھے۔ بہر کیف جب میرے دوست ہارے میر صاحب کی طبیعت صاف کی اور ان سے وہ پرچہ لے کر چلایا اور میر صاحب جو ایک کسی کو بھی قسم کر دینے کی جھگی پر عملدرآمد نہ کر سکے قوب نے مل کر میر صاحب کی خوب دھلائی کی۔ لیکن حق بالائے حق یہ ہوا کہ وہ لوگ پھر ایک ڈپیر حرم کے شخص کو لے کر آ گئے جس نے ڈی کے سر کے بالوں ڈالشی اور مونچھے کے بالوں کا قہوڑا حصہ کاٹ لیا اور کچھ پڑھ کر پھونکنے کے بعد کہنے لگا کہ اب میں نے اس کا سارا کالا طم سلب کر لیا ہے جب سب لوگ چلے گئے تو میں نے ڈی سے کہا کہ کیا واقعی اس ڈپیر نے تمہارا طم سلب کر لیا ہے تو وہ ایک ڈی کی مسکراہٹ چہرے پر لا کر کہنے لگا کہ افاقہ نہ کر میں آپ توجانتے ہیں کہ میرے پاس کچھ نہ تھا تو پھر اس نے میرا طم سلب کر لیا۔ پھر ہم نے اپنے ایک دوست حاجی صاحب سے کہا کہ اسے باہر راست دکھا دیں۔ قدرت کی حشر طر فی الاظہ کیجئے کہ حاجی صاحب سادہ لوح تھے کہ وہ ڈی کو تار در بار لے گئے وہاں اپنے آپ کو اس لوگ سے بری الذمہ قرار دیا جو کہ ڈی کے ساتھ روایا گیا تھا اور اس سے اپنے حق میں دعا کروائی۔ پھر اسے قہوڑا لہت زاور اورے کر رخصت کر دیا۔

حرمے کی بات یہ کہ اس کے قہوڑے حرمے سے بری حاجی صاحب کا امر کہ کاہنہ دہا فک کر کے لگ گیا تھی کہ تاشن اللہ ان کے واسطے کا بھی ان پر کوئی خفی نہیں پڑا اور کچھ سال سے حاجی

سے بخوبی واقف ہوتے ہیں اور اس کو مد نظر رکھ کر ان سے بات کرتے ہیں لیکن میرے جیسے حقیقت پسند جب اپنے کلائٹ کا کیا بات مانتے ہیں جہاں کے مفاد میں نہیں ہوتی یا میرے بس میں نہیں ہوتی تو وہ کہتے ہیں کہ میں جھوٹ بول رہا ہوں میں نے کئی ایسے لوگوں کی ٹونگ ٹرم کونسلنگ کی ہے جو کہ جادو اور جھڑپنے کے ذریعے اپنی راتوں رات کا یا پلٹ کی غلط فہمی میں مبتلا تھے فقیہ علوم سے شغف کا یہ مطلب ہرگز نہیں ہے کہ آپ لوگوں کو گمراہ کر کے مفادات حاصل کریں یہ فخر علم کی ایک حد مقرر ہے یا ایک علم کی اپنی ایک مخصوص Domain ہے اس سے انحراف کرنا دھوکہ دہی ہے اس لئے ضرورت اس امر کی ہے کہ ہم حقیقی تجویز کے ساتھ ان علوم سے استفادہ کریں اور مبالغہ آرائی سے گریز کریں جس علم کا جتنا حق ہے اتنا اس کو پرومٹ کریں اور جہالت و تعصب کو ہالانے طاق رکھتے ہوئے عملیت پر زور دیں کیونکہ قرآن کا فرمان بھی یہی ہے کہ انسان کو دعویٰ کچھ شے کا جس کی وہ کوشش کرتا ہے۔

آخر میں میری دعا ہے کہ آپ نئی جنتی کو اس کی صحیح روح کے ساتھ آشنا ہو کر اس کی پرنسپل کریں اور ضروری توقعات وابستہ نہ کریں۔ اس طرح آپ بہت کچھ حاصل کر لیں گے۔ نئی جنتی کا حصول اس کی بیاہری طرح ہے جو سونا بنانا تو کھل ذکر سکے لیکن کیا گری کے دوران اسے نور و جن جبریات کی کشمالی سے گزرنا پڑتا ہے وہ خود اس کی شخصیت کو سونا بنا دیتے ہیں اور اسے مبر اور منت کا جو حق حاصل ہوتا ہے اس کا کوئی نعم البدل نہیں ہوتا۔

امید ہے کہ کتاب آپ کو پختہ آئے گی۔ اپنی آراء سے ضرور مطلع کریں۔ شکریہ

(موجب)

☆☆☆

صاحب امریکہ سے واپس آئے ہیں اور اچھے خاصے بنگ ٹیلنس اور جائیداد کے مالک ہیں اور وہ اسے ڈنکی کا دھاکہ کر رہے ہیں میں کہنے کا مقصد یہ کہ وہ ہم پر تنقید کی کوئی حد نہیں ہے۔ لہذا یہ کسی نہ کسی شکل میں حضرت انسان کو گھبرائے گی۔ انسان اتنا کمزور واقع ہو اسے کہ کسی Probability یا Comcidence کو بھی نظر کرم تر اردے دیتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ لوگ ایسے واقعات سے عبرت پکڑنے کی بجائے ان میں سے بھی اپنے مفاد کی باتیں تلاش کر لیتے ہیں۔ اس رجحان سے بچنا چھڑانے کے لئے تعلیم اور آگاہی کی ضرورت ہے جو کہ ہمارے ہاں مفاد خواہش نہیں لیکن وہ ہم پر تنقید لگوانے کو چاہتی ہے۔

خود میرے بعض کلائٹ میری پیش گوئیوں کے بعد یہ کہتے لگ جاتے ہیں کہ میرے پاس شاید کوئی سوکھنا یا جادوئی طاقت ہے جس کی وجہ سے وہ باتیں درست ہو جاتی ہیں حالانکہ میں نے بار بار ان کو واضح کیا ہے کہ کسی پیش گوئی کا درست ثابت ہو جانا کوئی بڑی بات نہیں ہے لیکن وہ خود ہی استغناء کر لیتے ہیں کہ اگر ایک شخص اتنی Accurate بات بتا سکتا ہے تو وہ اس مسئلہ کا حل بھی جانتا ہے اور اپنے عمل کے ذریعے مسئلہ کو حل کر سکتا ہے حالانکہ حقیقت ایسا نہیں ہوتا لیکن مسائل کی بیک وقت نمائی انہیں حریف کر رہا ہے کہ ان کے مفادات حاصل کرنے کے لئے جعلی بیوروں کی حوصلہ افزائی کرتی ہے۔

اسی طرح میں نے اپنے ایک کلائٹ کو بتایا کہ فلاں تاریخ کو ان کا برطانیہ کا ویزا مل جائے گا۔ اور ایسا ہی ہوا لیکن میں انہیں نہیں بتا سکا۔ کہ وہ اپنا پختہ خیال ان کی بیوی سے طے کر ہی گیا۔ لیکن وہ آج بھی مجھے یاد پھر رہے ہیں کہ میں نے کسی معلومات کے تحت ان سے یہ بات چھپائی تھی۔

اسی طرح میں نے اپنی ایک کلائٹ کو بتایا کہ وہ جس شخص سے شادی کرنا چاہتی ہے فلاں تاریخ کو اور فلاں سال کو وہ ممکن ہوگی جو کہ بظاہر ناممکن لگتی تھی لیکن جب وہ پیش گوئی مجھے پوری ہوگئی تو اب ان کا مطالبہ ہے کہ میں ایسا جادو کروں کہ ان کا شوہر ان کے قبضے میں رہے یعنی انسان کی خواہشات کی کوئی حد مقرر نہیں ہے اور یہی خواہشات انسان کو حقیقت پسندی اور عملیت کو چھوڑ کر جعلی بیوروں کے پاس لے جاتی ہے جو کہ ان کا استحصال کرتے ہیں کیونکہ وہ ان لوگوں کی نفسیات

باب نمبر 3:

مشاہیر کے ESP کے بارے تاثرات

(قدرت اللہ شہاب)

مشرق اور مغرب کی تقریباً ہر زبان میں اس موضوع پر بڑا جنم لڑ چکے ہیں۔ ہر زمانے میں اس پر تائید و تردید، انکار و اقرار، توشیح و تمسخر، گفتیش و تحقیق کے شدید بحث و مباحثے جاری رہے ہیں۔ مضبوط الاعتقاد اسے عیونیت کے درجے تک پہنچاتی رہی ہے۔ بعد اعتقاد اسے ہمزوب کی بدتر اورتی ہے۔ اور جدید خود اعتمادی اسے سائنٹفک قارمولوں میں ڈھال کر ایک ایسی آٹو بیجک مشین بنانے کی فکر میں ہے کہ اگر حشر بن دیا اور مطلوبہ بڑوح کھٹ سے حاضر! انگریزی میں اس علم پر سب سے مشہور کتاب جیمز ہائیڈر کی تھی۔ وہ فریڈرک وائیبلڈ۔ ایچ آئز (Frederic W.H. Myers) کی تصنیف "انسانی شخصیت اور جسمانی موت کے بعد اس کی بقا" (Human personality and its Survival of Bodily Death) ہے۔ یہ کتاب 1903ء میں شائع ہوئی تھی۔ 1960ء صفحات کی اس کتاب میں سینکڑوں بڑاسرار اور واقعات، حوادث، تجربات اور آثار و شواہد کا حقیقی اور سائنسی تجزیہ کرنے کے بعد یہ نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ جسمانی موت کے بعد انسان کی شخصیت کا وہ عنصر باقی رہتا ہے جسے روح یعنی Spirit کہتے ہیں۔ مصنف کا اسلوب عالمانہ استدلال علوم جدید کے تقاضوں سے ہم آہنگ اور تفصیلات بڑی مستحضر ہیں۔ لیکن پٹنی اور اعتقادی اعتبار سے وہ عیسائیت کے بندھے ہوئے قوانین اور مفروضات سے آڑ تو نہیں ہو سکا۔

ماڈرن سائنسی دور میں دوسرا استدلال نے اس علم کے میدان میں کچھ نئی راہیں ہموار کی ہیں۔ سرولم کروکس پہلے سائنسدان تھے جنہوں نے ماوی دنیا پر باوقی افشرت روحانی اثرات کا

سائنٹفک مطالعات اور تجزیہ کیا۔ سر اولیور لاچ کی کتاب دے منڈ (Raymond) بھی اس سلسلے کی اہم کڑی ہے۔ ان دونوں کی تحقیق تجربات پر اس مسلک کی بنیاد پڑی جسے ماڈرن سپرچلزم کے نام سے پکارا جاتا ہے اور جو آج کل مغرب کی دنیا میں بڑے پیمانے پر رائج ہے۔

ماڈرن سپرچلزم کے اکثر اداروں کی حیثیت تجارتی دکانداری سے زیادہ نہیں۔ حاضررات لروح کے شے میں دھوکہ بازوں، بفرجوں، طوموگیوں اور لپانٹوں کی گنجائش دوسرے ہر شے سے زیادہ ہے۔ اس کے علاوہ مغربی سپرچلزم اداروں میں عامل و معمول اور پلانچٹ وغیرہ کے ذرائع سے تحقیق بیانات کی ترسیل و تحویل زیادہ تر ابواب اور وساؤں کی آبلہ فرمائی ہوتی ہے یا شعوری اور لاشعوری تحقیق کی کرشمہ سازی ملتی ہے۔ مشرق میں بھی بہت سے نام نہاد عاملوں اور ہونٹے دھولوں کا کاروبار بڑے زور شور سے انجی خلوط پر چلتا ہے۔

البتہ موجود دور میں عیسائیکالوئی (Para psychology) کے عنوان سے تحقیق و گفتیش کا جو نیلاب کھلا ہے، اس میں نفس انسانی کی فنی فنی اور عجیب و غریب دنیا میں دریا ز ہونے کے وسیع امکانات موجود ہیں۔ انسان کے ظاہر و باطن میں فوق العادہ توانائیوں کے جو بڑاسرار خزن پوشیدہ ہیں، عیسائیکالوئی کا مقصد ان کی نشاندہی کرنا اور انہیں کھود کر دیکھنا اور ضروریات کے کام میں لانا ہے۔ سادہ سادہ رویوں اور پلانچٹ کے علاوہ یورپ کے دوسرے کئی ملکوں میں بھی عیسائیکالوئی کے ادارے بڑے پیمانے پر کام کر رہے ہیں۔ سائنسی لیبارٹریوں کی طرح عیسائیکالوئی کے ریسرچ (Para psychological Research) کے اعلیٰ پروگرام بھی انتہائی رازدارانہ میں رکھے جاتے ہیں۔ ایک خبر یہ بھی ہے کہ کچھ بڑی طاقتیں اس سائنس کو اپنے سفارتی تعلقات بین الاقوامی معاملات اور جنگی اختیارات میں کسی حد تک استعمال بھی کر رہی ہیں۔ یہ احتمال بعید از قیاس نہیں کہ سائنسی توانائی کی طرح عیسائیکالوئی کی ترقی بھی انجام کار عالمی سیاست کی آلائش بن جائے۔

اس کے علاوہ ایک اور وجہ سے بھی عیسائیکالوئی کی صلاحیت کا محدود نظر آتی ہے۔ سب کچھ اس میدان میں جتنی پیش رفت ہوئی ہے اس میں گفتیش لیس کا تو پر راجحام ہے لیکن تھذیب لیس کا کہیں نام و نشان تک نہیں۔ انسان مشرق میں ہو یا مغرب میں، امیر ہو یا غریب، کالا ہو یا گہرا

ترقی یافتہ ہوا غیر ترقی یافتہ و چندار ہوا ہے وہ اس کے نفس کے لیے صرف تین حالتیں ہی مقدر ہیں نفس مطہر نفس لوثہ اور نفس ہمارہ اگرچہ اس انسائیکلو پیڈیا کی ترقی زیادہ مادی مقاصد کے زیر تحکیم رہی تو بلاشبہ یہ ترقی نفسوں کا ثابت ہوگی۔ کیونکہ اس صورت میں روحانیت کی بیحد شاہراہوں پر آگے بڑھنے کی بجائے یہ جدید سائنس نفسانہ کے کلھوکے میں تھل جانے کی جڑ آگھوں پر کھو برے چڑھا کر ایک ہی تنگ دائرے میں بار بار چکر کھانے پر مجبور ہوتا ہے اس ڈگر پر چل کر بڑا سائنس دان کی ترقی کا انتہائی کمال ہے ہوگا کہ وہ استاد راج کی اس منزل تک رسائی حاصل کر لے جہاں ہر جگہ کا تین سارے دوسرے کئی راستوں سے پہنچنے کی راہ ہے۔

مغربی پیر پچھڑم کی تان زیادہ تر مادی و فنی پر ٹوٹتی ہے۔ مشرق کی چند اقوام میں روح کا تصور غلطیات کے گلدھ میں مقید ہے یا آدوں کے پچر میں سرگرداں ہے اس علم کی طوی صفات صرف اسلامی روایات میں نظر آتی ہے۔

علامہ حافظ ابن قیم کا رسالہ ”کتاب الروح“ اس سلسلے کی ایک نہایت مستند و ستادین ہے اس میں مصنف نے حقیقت روح کے ہر پہلو کا قرآن اور حدیث کی روشنی میں جائزہ لے کر بہت سے علمائے سلف کے اقوال و احوال پر سیر حاصل خبر لیا ہے اس علم پر یہ کتاب ایک اہم سنگ میل کی حیثیت رکھتی ہے۔

اسلامی تصوف میں کعب ارواح اور کشف قدوری ایک ہا کا مدفن کا دھڑکتے ہیں۔ لیکن ان تمام علوم و فنون تجربات و تصرفات و مشاہدات و فطریات و غلطیات و تصورات کے باوجود حقیقت روح کے بارے میں سارے علم سارے وجدان سارے عرفان اور سارے ایمان کی آخری حد تک پہنچا ہے کہ:

وَيَسْتَلُوْنَكَ عَنِ الرُّوحِ ۖ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا ۝

(اور لوگ آپ سے روح کے حقائق سوال کرتے ہیں۔ کہہ دو میں کہہ دو کہ روح میرے پروردگار کے امر سے ہے اور میں دیکھنے والے ہوں تم علم سے محروم ہو)

علامہ کوثر نیازی

اللہ تعالیٰ کی طرف سے مستقبل کے حالات پر مطلع کرنے کا ایک راستہ خواب بھی ہیں اور اس کی سند و قرآن حکیم میں موجود ہے جہاں جنیل خانے میں حضرت یوسف علیہ السلام کے قیدی ساتھیوں کا خواب اور آپ کی طرف سے ان کی تعبیر بیان ہوتی ہے اس سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ مثنوی خیر خواب ضروری نہیں کہ صرف نیکو کاروں اور صالحین کی ہی ہے بلکہ مجرموں اور قیدیوں کو بھی آسکے ہے البتہ ان کی تعبیر ہر شخص نہیں کر سکتا اس کے لئے خاص نظر اور علم کی ضرورت ہے ہمارے ہاں امام جعفر صادقؑ تعبیر خواب پر سند کا دھڑکتے ہیں۔ انہوں نے اس موضوع پر ایک کتاب بھی لکھی ہے میرے پاس اس کا قاری ترجمہ ہے جو میں نے تہران سے خریدا تھا۔ امام جعفر صادقؑ کے بعد دوسرا نام مشہور تابعی بزرگ ”محمد بن اسیرین“ کا ہے۔ انہیں اس فن میں یدِ طولیٰ حاصل تھا اور جن کے بہت سے واقعات سلف صالحین کی کتابوں میں پائے جاتے ہیں۔ انہوں نے بھی تعبیر خواب کے موضوع پر ایک رسالہ لکھا ہے مشہور ماہر نفسیات فرنانڈے ہر چند خوابوں کی دنیا پر بالکل اطلاق ایمان میں روشنی ڈالی (اور اس میں جزوی صداقت بھی ہے) لیکن مغرب اب خود خوابوں کا دلداد ہے اور اس کے اعلیٰ علم کی تعبیر خواب کے موضوع پر آئے دن کتابیں شائع ہو رہی ہیں خود ایک زمانہ مجھ پر ایسا گزرا ہے کہ میں دوسروں کو پیش آنے والے واقعات خواب میں دیکھ کر کتابیا کرتا تھا۔ یہ 1953ء کی بات ہے ہم لوگ سنٹرل نیل لاہور میں تھے میری عمر بھی کوئی 17، 18 برس ہوگی جماعت اسلامی کے رہنماؤں کے علاوہ مجلس احرار جمیعت المدینہ یت جمعیت العلماء اور جماعت المسلمین کے اکابر بھی ہمارے ساتھ تھے۔ ہم سب لوگ تحریک ختم نبوت کے سلسلے میں چھ ہوا کے لئے نظر بند تھے۔ یہ مدت پوری ہوئے تھے تو بعض کی نظر بندی میں اضافہ ہو جاتا اور بعض کو رہا کر دیا جاتا۔ میں اس زمانہ میں اکثر خواب میں دیکھ لیتا کہ کن رہا ہو رہا ہے اور کس کی معیاد بڑھانی چاہی ہے۔ یہ ہائی یا اٹھانے کے ناپ شدہ کا غدا خواب میں میری نگاہوں کے سامنے آ جاتے اور میں اگلے دن صبح نماز کے اجتماع میں احباب کا ہوا بتاؤ اور اس کی صداقت ایک آدھ دن میں ہو جاتا سامنے آ جاتی۔ ایک مرتبہ میں نے خواب میں دیکھا کہ یک نخت سات

طہار باکر دیئے گئے ہیں ان میں حضرت مولانا حسین احمد دہلوی کے غلیظہ ہماز حضرت مولانا غلام بخش مٹائی (مرحوم وغفلو) کا نام بھی تھا۔ حسب معمول صبح میں سے اعلان کر دیا۔ اس زمانے میں اپنی حلقہ جماعت اسلامی پر یہ اعتراض بھی کرتا تھا کہ یہ تصوف کی منکر ہے۔ حضرت مولانا اثین احسن اصلاحی ہمارے ساتھ نظر بند تھے اور ہمیں قرآن حکیم اور حجۃ اللہ الباقیہ پڑھایا کرتے تھے مجھے یاد ہے انہوں نے ان غراہوں پر تبصرہ کرتے ہوئے حرامان طہارے کہا تھا "آپ لوگ کہتے ہیں ہم تصوف کے منکر ہیں دیکھو تو ہمارا کیا دوراں ہے جو ان سے خوب دیکھتا ہے۔" اگلے دن باقی سب طہاروں ہاہو گئے لیکن حضرت مولانا غلام بخش کی رہائی کے احکام موصول نہیں ہوئے۔ میرے غراہوں کی مسلسل صداقت کی وجہ سے جیل کے احاطے میں غصہ یہ بن چکی تھی کہ ایک بار میں رہا شدگان کے نام سناتا تو اس کے لئے ذہن تیار ہو جاتے۔ حضرت مولانا ابھی جی طور پر رہائی کے لئے تیار تھے یہاں تک کہ سامان بھی باقاعدہ کیے تھے۔ رہائی کا منشا یا تو قدرتا انہیں بھی کوشت ہوئی چار بجے جیل کا دروازہ بند ہو جاتا تھا جب ساڑھے چار بجے تو انہوں نے سامان کو مل دیا چاک چاچے بچے شام جیل کا ایک افسران کی رہائی کا حکم نامہ لئے دو دو دوڑا آیا۔ مولانا سے مطردت چاہی اور کہا "صاف فرمائیے یہ کاندھم سے اور اور ہو گیا تھا سی لئے تاخیر ہو گئی بہر حال اب تیار ہو جائیے۔" حضرت مولانا اس پر بے حد خوش ہوئے مجھے سینے سے لگایا اور ان کے پاس مکان کا طہارہ کھانے پینے کی جوار جڑی آئی رکھی جس مجھے طہارے اور خوشی رخصت ہوئے۔

مقتدر اس ذاتی تجربے سے اپنے کمال کا اظہار نہیں کرسکا ہمارے میں تو قبل غالب مرتے وقت بھی زبان پر ہوگا۔

ڈھانچا کفن نے داغ صوبہ برنگی میں درود ہر لباس میں تنگ وجود تھا مغرب میں مستقبل کی دنیا تک رسائی کا ایک طریقہ "روحوں سے رابطہ" ہے۔ اس کی بنیاد اصل میں مسریم کا عمل ہے۔ مسریم کے پانی کا نام "سیر" تھا یہ صاحب انصار ویدی مدنی میں بیٹھا ہونے اصطلاحی طریقہ انہوں نے ملاج کی فرض سے نکالا تھا مگر اس کا دعویٰ یہ بھی تھا کہ معمول کو معنوی طور پر سلا دینے کے بعد اس کے خیالات پر مکمل کنٹرول کیا جاسکتا ہے اور اس سے حسب منشا ہر کام لیا جاسکتا ہے۔ یہ گویا اس بات کا ثبوت تھا کہ جسمانی ذرائع کو کچھ میں لائے بغیر

روح سے منکر ہو سکتی ہے۔ مسریم کے ذریعہ انیسویں صدی کی پہلی تہائی میں دو تحریکیں اور شروع ہوئیں ان میں سے ایک کو کریمین سائنس کہتے ہیں اور دوسری کو "سپر چیمز" یعنی روحانیت کریمین سائنس کا نظریہ یہ ہے کہ بنیادی غلط خیالات و افکار کا نتیجہ ہیں اگر افکار و خیالات کو مسترد کر دیا جائے تو جسم بھی صحت مند ہو جائے گا۔ تحریک روحانیت کا دعویٰ یہ تھا کہ مرنے والوں کی روحوں سے رابطہ قائم کیا جاسکتا ہے مگر اس کے لئے مخصوص افراد کو واسطہ بنانا اگر ہرے جن کی روحوں میں فوت ہو جانے والے لوگوں کی ارواح سے تعلق پیدا کرنے ان کو دیکھنے اور ان کی بات سننے اور کھینچنے کی صلاحیت پائی جاتی ہو اس کو انگریزی میں "میڈیم" کہتے ہیں اس جدید تحریک روحانی کا آغاز 1840ء میں امریکہ کے ایک نیم مجذوب "ایڈورڈ جینسن" سے ہوا جس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ اس نے عالم مذہب و کیف میں "پرنسپلو آف ایلم" کے نام سے آٹھ سو صفحات پر مشتمل ایک کتاب اٹلا کر دی لیکن تحریک کا اصل شہرت چند سال بعد دوسری جنگی جنوں کی وجہ سے ملی جنہیں "فاسکس سٹروڈ" کہا جاتا ہے۔ "فاسکس سٹروڈ" نے بہت سے مقامات پر روحوں سے اپنے رابطے کا مظاہرہ کیا ان پر تنقیدیں بھی ہوئیں انہیں جھٹایا بھی گیا لیکن بہت سے پروفائروں کے مظاہروں کے ذریعہ تحریک روحانیت میں شامل بھی ہو گئے ان میں لویڈیا راک ٹریڈین کے ایڈیٹر "ہورس گرینے" کو امریکن آف ایڈلز کے ایک سینئر جج "سٹر" ایڈیٹر "فاسکس طہارے پر قابل ذکر ہیں۔ "ایڈیٹر لیسٹری پاور" کے مصنف سٹر طہارے کو دیکھا کہ کہا ہے کہ 1891ء میں ان "روحانیوں" نے "ایڈیٹر راکٹر" کے نام سے باقاعدہ اپنا ایک حلقہ قائم کیا اور اس سال کے اندر انداز کے کارکنین کی تعداد چالیس ہزار تک چلی گئی اور یہ تین سو مطلقوں میں محکم ہو گئے۔ امریکہ میں تو تین تین لیکن لندن کی ایک "سپر چیمز سوسائٹی" کی ایک نشست میں مجھے بھی جانے کا اتفاق ہوا۔ ہمارے ایک مقتدر اور محترم پاکستانی دوست اس کے رکن ہیں اکثر مجھے دھم دھم کے عجیب و غریب واقعات بتاتے رہتے تھے ایک دن میں بھی ان کے ساتھ ہوا لیا شاید اس نشست میں شریک ہونے کی فیس بھی تھی دوہمی ہمارے مہربان دوست نے لوائی۔ وہ کسی نہ کسی طرح مجھے اور روحانی دنیا سے متاثر کرنا چاہتے تھے۔ میڈیم ایک بزرگ خاتون جس اور حاضرین کوئی چالیس پچاس کے گنگ بنگ بھلس کے آغاز میں محترم نے بیانی طریقے کے مطابق

دعا کی اس کے بعد اعلان کیا کہ وہ محفل میں موجود کچھ لوگوں کے اعزاء صاحب کی چھتری ہوئی رگوں سے رابطہ قائم کریں گی ان سے پوچھ کر بعض باتیں تائیں گی اور بعد میں سوالوں کے بھی جواب دیں گی۔ اتفاق سے آغا زنبور نے ہماری مخالف سمت سے کیا اور پانچ سات آدمیوں سے باری باری مخاطب ہوئیں ان میں سے بعض کو انہوں نے دس دس منٹ دیئے ان کا انداز یہ تھا کہ وہ ایک شخص کو مخاطب کر رہے ہیں اور اسے باتیں کرنا اس وقت ایک درجہ آئی ہے یہ بھی باتیں کر رہے ہیں کہ یہ عورت کی ہے اور وہ یہ بیٹا منی دیتی ہے۔ ان میں سے دو تھوڑے گئے لیکن نصف کا کہنا تھا کہ وہ اس طرح کی کسی روح نہیں پہچان سکے۔ مجھے یہ تھا کہ سامنے والے سوسائٹی کے اراکین حضرات ہیں اور انہوں نے نہیں مانا وہ میری طرح تو گرفتار ہیں۔ مجھے یہ بھی ڈر تھا کہ کہیں مجھ تک ”دور جاہم“ آنے سے پہلے پہلے محفل ہی برخواست نہ ہو جائے اس لئے میں نے آداب مجلس کو بالائے طاق رکھتے ہوئے اپنی نشست پر بیٹھ بیٹھ محترمہ کو اپنی جانب متوجہ کیا اور عرض کی کہ کہیں ایسا نہ ہو آج کی صحبت میں ہم ان کے افکار سے عروم غریب ہیں میرے دوست تو میرے اس گنوار چین پر بہت جربہ ہوئے مگر محترمہ بالکل یہ کرم ہو گئیں اور جلد ہی میری باری آگئی۔ ان کا کہنا تھا کہ میرے سر پر ایک مذہبی شخصیت کی روح ٹھہری ہے میں کوئی کتاب لکھ رہا ہوں وغیرہ وغیرہ کام کی بات ایک بھی مذہبی میں ان ارواح سے رابطہ قائم کرنے کا خواہش نہ تھا ان میں سے کسی سے گفتگو ہوتی تو بات بھی تھی۔ ہمارے دوست حسب معمول بڑے خوش فہم تھے ان کا کہنا تھا کہ ان کی باری ہو جورو جلائی گئی ہے وہ ان کے باپ کی جہی اور میری نے اس کا جرحلیہ اور وضع قطع بتائی ہے وہ حیدر انہی کی ہے۔ بعد میں سوسائٹی کے ایک عہدہ دار نے مہمان خاتون میڈیم کا شکر یہ ادا کیا اور اعلان کیا کہ جو لوگ ان سے الگ ملاقات کا وقت چاہتے ہوں وہ اجلاس کے بعد جنگ لے سکتے ہیں۔ نہیں صرف پانچ ہوگی۔ کچھ لوگ اس کے لئے بھی تیار ہو گئے مگر مجھے تو یہ سارا ڈرامہ بہت کھوکھلا لگا۔ روحانیات میں نام کو مذہبی البتہ ”روٹی تو کھا کھائے کسی طور پر چھند“ کا یہ اعزاز بہت دلچسپ تھا۔

☆☆☆☆

باب نمبر 4:

مابعد النفسیات اور ٹیلی پتھی وغیرہ

1922ء میں فرانسیز نے اپنے مصنفین کے درمیان ایک آرٹیکل بعنوان خواب اور ٹیلی پتھی ناسخ کر کے ایک نئی بحث شروع کر دی۔ آج کے دور میں ماہرین طبی نفسیات اور سائیکو جسٹ کے درمیان ”دماغی ٹیلی پتھی“ تحقیق کے حوالے سے ایک قابل قبول عنوان گردانا جاتا ہے لہذا ڈاکٹر جان ٹیلرک کے بعض پیلووں میں بھی خاصی دلچسپی رکھتا تھا۔

مندرجہ بالا موضوعات کو مابعد النفسیات یا Para Psychology کی وسیع تر اصطلاح کے تحت استعمال کیا جاتا ہے۔ قسمت کا حال تا وجدان اور حواسِ باہرے اور ایک Extra Sensory perception یعنی ESP انسانی دماغ کے گہرائی اظہار ہیں یہ تمام موضوعات عمومی دلچسپی کی وجہ سے نہ صرف عوام الناس بلکہ ماہرین نفسیات کی بھی توجہ کے باعث انہیں ان خصوصیات نفسیاتی تجزیے Psycho analysis میں ان پر گفتگو مفید ثابت ہوئی۔

مابعد النفسیات کی صلاحیتوں کے حصول کا کوئی معلوم طریقہ موجود نہیں ہے ہر حال یا مشاہدہ کندہ اپنی جگہ خود کا نون ہوتا ہے اور ان حالات میں ہی ہجرت کام کر سکتا ہے جو کہ اس کی انفرادی صلاحیت کے حوالے سے اس کے لئے موزوں ہوتے ہیں جسے وہ خود بھی واضح انداز میں تشریح کرنے کی پوزیشن میں نہیں ہوتا۔

ماہرین نفسیات کا مابعد النفسیات کی طرف رجحان مندرجہ ذیل نکات کی وجہ سے بڑھ رہا ہے۔

1۔ تقریباً تمام ماہرین نفسیات اپنے روزمرہ کے فرائض کی انجام دہی میں وجدان پر منحصر رہے ہیں جو کہ شاذ و نادر ہی انہیں یا مریض کو کائناتی سے دوچار کرتا ہے۔

2۔ اکثر نفسیاتی تجزیہ کاروں نے اپنے مشاہدات شائع کئے ہیں جس میں انہوں نے علمی تحقیق کے عمل اور وجود پر اپنے یقین کا اظہار کیا ہے۔

3۔ اگر ماہر نفسیات کے موضوع کا بیان کیا جائے تو چند ایک لوگوں کو چوڑ کر تعجب یا ہرغص اس حوالے سے اپنے ذاتی تجربات بیان کرتا ہے یا کر سکتا ہے یہ تجربات دیگر ذرائع یا طریقوں سے بھی بیان کئے جاسکتے ہیں لیکن ان طریقوں کی موجودگی کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ یہ اس انسائیکلو پیڈیا کے ذریعے حاصل ہونے والی معلومات ان کی نسبت کم درست ہیں۔

قسمت کا حال بتانے والے:

قسمت کا حال بتانے کے حوالے سے تحریر شناسی اور پاسٹری کافی حد تک سائنٹفک اور نتیجہ خیز ثابت ہوئے ہیں۔

ایک شخص کی پنڈر رائٹنگ کو دو طریقوں سے چیک کیا جاسکتا ہے اول سائنسی طریقے سے جس کا طریقہ یہ ہے کہ سوادات کی ایک کثیر تعداد کا مطالعہ کیا جائے اور انہیں تحریر کے کنندگان کی خصوصیات کے ساتھ منسوب کیا جائے اس طرح موازنہ جاتی معیارات مقدر کر کے لوگوں کو مختلف اقسام میں بانٹا جاسکے اسے Scientific graphology کہیں گے اس موضوع پر بہت سی کتب موجود ہیں جن میں سے اکثر ماہرین نفسیات نے تحریر کی ہیں سائنسدان بھی اسی طریقہ کو قابل قبول سمجھتے ہیں تاہم بعض لوگوں کا خیال ہے کہ وہ کسی انتہائی طور پر کمالیہ کی تحریر کا نمونہ دیکھ کر جو کہ اس نے مختلف ملکی مواقع پر دیا ہے اس کے بارے میں رائے کا اظہار کر سکتے ہیں اور یہ دوسرا طریقہ کہلاتا ہے جس کا تعلق وجدان سے ہے لہذا اسے Intuitive Graphology کہتے ہیں۔

دوہائی تحریر شناسی میں ہر تحریر اپنی توجہ کو مرکز کر کے تحریر کئے والے کے خیالات یا اھمیلوں کے انداز کا دھاتی طور پر مطالعہ کرتا ہے اگر اس کا وجدان خوش قسمتی سے اچھا ہو تو وہ کہنے والے کے جذباتی حالت کا بخوبی اندازہ لگالے گا جس کا اظہار تحریر کے سواوے بالکل نہیں ہوتا بلکہ کہنے والے نے اپنی خصوصیات کو بعض اوقات اس طرح دہار کا ہوتا ہے کہ خود اسے بھی اپنی ذاتی حالت

کا اندازہ نہیں ہوتا اس طرح حاصل ہونے والی معمولی سی معلومات سے بھی ماہرین نفسیات تحریر کنندہ کی شخصیت کا کافی بہتر اندازہ لگائے میں کامیاب ہو سکتے ہیں اس کے ساتھ ساتھ وہ یہ بھی معلوم کر سکتے ہیں کہ تحریر کئے والے کے جذباتی مسائل کس قسم کے ہو سکتے ہیں جن کا اظہار وہ مستقبل قریب میں کرنے کا رجحان رکھتا ہے۔

تحریر شناسی کا سب سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ آیا کوئی خصوصیات شخص پنڈر رائٹنگ میں ظاہر ہونے کی توقع کی جاسکتے دوسرے لفظوں میں یہ جاننا مشکل ہوتا ہے کہ جواب حاصل کرنے کے لئے کونسا سوال کیا جائے لیکن تحریر کی محرکات کسی فرد کی بخوبی شخصیت کا اظہار ضرور ہوتی ہیں اور اگر ہمیں علم ہو کہ ہم کس قسم کی معلومات چاہتے ہیں تو ہم اس میں سے کچھ نہ کچھ مفید معلومات میسر آئیں گی۔

پاسٹ اور دیگر قسمت کا حال بتانے والے اپنے علم کے ساتھ ساتھ غالباً لا شعوری طور پر لوگوں کی حرکات و سکنات اور چہرے کے تاثرات کا مطالعہ کرتے ہوئے ان کے بارے میں اظہار رائے کرتے ہیں۔ لیکن شعوری طور پر وہ یقین رکھتے ہیں کہ ان کے تجزیے کی بنیاد ہاتھ کی حرکات اور گیسر کے وغیرہ پر ہے۔

سائنسی طور پر یہ کہنا مشکل ہے کہ ہاتھ پر پائی جانے والی انٹروی کی گیسر میں کسی شخص کے علمی یا مستقبل پر دلالت کرتی ہوں گی کامیاب پاسٹ اپنے تجزیے کی بنیاد ہاتھوں سے ہٹ کر دیگر عمل پر بھی رکھتے ہیں مثلاً دماغی عملی شناسی (Clairvoyance) ہاتھ کی شکل بھی اس ضمن میں اہم کردار ادا کرتی ہے اس میں کوئی شک نہیں کہ درست شناس لوگوں کو ان کے ہاتھوں کی شکل کے ذریعے کامیابی سے مختلف اقسام میں بانٹنے میں مثلاً سمارٹ درمیان اور سولی جسامت خیزان کے چٹوں اور ہڈیوں کا تناسب وغیرہ۔

پاسٹ حضرات کے لئے یہ جاننا مشکل نہیں ہوتا کہ سمارٹ نوجوان محبت کے مسائل کا شکار ہو گا اور درمیانی عمر کا فرد نفس کی سالمی تقریب یاؤز میں دلچسپی رکھتا ہوگا اس طرح کے اندازوں کے ذریعے پاسٹ اپنے درست تجزیوں کے تناسب میں اضافہ کر سکتا ہے۔

کسی شخص کی شکل اس کے پیچھے کوئی ظاہر کر سکتی ہے اور پاسٹ اس بات کو بڑے بڑے پکے پھلکے

انداز میں شعوری یا لاشعوری طور پر استعمال کر سکتا ہے۔ ایک مزدور کا سخت اور چنٹیلوں والا ہاتھ دولت کے مسائل کا اظہار کرتا ہے جبکہ ایک پلے ہوئے قسم کے نوجوان کا ہاتھ جنسی پیچیدگیوں کا مظہر ہوتا ہے۔ پہلے کیس میں پاست کہہ سکتا ہے "جیسے جلد ہاتھ آئے گا قحطت کریں۔" اگر ایک ہاراس کی پیش گوئی درست ثابت ہوگئی تو کھانٹ اپنے تمام اعزاء و احباب کو اس بارے میں متلانا پھرے گا اور بعد میں خواہ اسی پاست کی کی گئی پیشین گوئیاں غلط ثابت ہو جائیں اسی طرح دوسرے کیس میں پاست کہہ سکتا ہے کہ ایک سنہری بالوں والی حسینہ و شیزہ تہناری زندگی میں آئے گی اور تہناری مراد بھڑائی کی ہے۔ تاہم بعد میں مسائل پیدا ہوں گے اگر وہ پلے ہوئے کسی کلب میں کسی سنہری بالوں والی حسینہ سے ٹکرا جائے جس پر نظر التفات کرے تو وہ اس کی زلف گرہ گیر کا تیر ہو جائے گا لیکن بعد میں پلے ہوئے کو مالی مسائل پیدا ہو سکتے ہیں جو کہ اس حسینہ کی وجہ سے ہوں گے لہذا پاست کا مستقبل روشن ہی رہے گا۔

خواہن کا کشیش کے ساتھ تو اس سے بھی زیادہ سادہ کیس ہوتا ہے اگر ایک جھمی ماعری خانوان خانہ پاست کے پاس آتی ہے تو اس کے ہاتھوں سے ہی پاست اندازہ لگائے گا اور کہے گا کہ ایک سال کے اندر اندر آپ کے گھر میں کلکھریوں کی آوازیں سنائی دیں گے۔ اگر کھانٹ کوئی سخت دوا لازم پیش لڑکی ہے جو کثرت میں بیٹھیں ہے تو پاست اس طرح پیش گوئی کر کے اپنی شہرت میں اضافہ کرنے کا موجب ہوگا۔ "آپ کی ملاقات ایک ہارٹو شخص سے ہوگی جو آپ پر دولت لٹا دے گا۔"

اگر مندرجہ بالا دونوں پیش گوئیاں کو اٹھایا جائے۔ تو بات بڑی واضح ہو جاتی ہے مثلاً کسی مزدور کی بیوی کو یہ بتانا ہے وہ توئی ہوگی کہ کوئی ہارٹو شخص کسی بلیک مقام پر ملے گا اسی طرح کسی کلبوں میں جانے والی لڑکی کو یہ کہنا کہ وہ اگلے سال تک کسی بچے کی ماں بن جائے گی غرض یہ ہے۔

کسی دوا کیوں کے نام مختلف ہونے کی وجہ سے ان کی قسمت علم اہل اعدا کے حوالے سے مختلف نہیں ہوتی بلکہ دیکھو دیکھو ہر بات ہو سکتی ہیں اسی طرح قمری اثرات میں فرق ضرور ڈال سکتے ہیں لیکن اس کے لئے تفلیات کا علم ہو بھی ضروری ہے جس سے بندہ جان سکے کہ آیا مریخ کا زہر

سے قرآن اور باقی اعداد و احوال کی مخصوص وقت پر۔ پاستوں اور غزموں کی درست پیش گوئیاں اور Lucky Hits کا اتفاقات بہم زبان اور اسی قسم کے دوسرے مشاہدات کا نتیجہ ہو سکتی ہیں ان کا کوئی ذکر کیا گیا ہے۔ یہی اصول کا اطلاق چائے کی چٹیوں پر عموماً سے ٹھکان حاصل کرنے والوں پر ہوگا۔

مندرجہ بالا تمام محاطات میں ہم نے وجدان کا ایک اہم عامل کے حور پر ذکر کیا ہے جب کوئی قسمت کا حال بتانے والا ہاتھ کسی کے ساتھ عددی محطومات از جسم تواریخ دولت عمر اور جملی باز و غیرہ صیا کرے تو جملی جیسی طریقہ بینی کا استعمال خارج از امکان نہیں ہوگا ہرگز ان کے ایک ہار مستقبل کے بارے میں پیش گوئی کے حوالے سے قطعی انجمنیات کی قسم کی مستقبل کا حال لگا دے یہی ہے جیسے کہ کسی شخص کو تارین کی وردی میں دیکھ کر یہ کہنا کہ وہ شخص آگ کا بیجہ کرے گا۔

مزید برآں جو لوگ نیلڈ ویشن یا سٹیج پر مائنڈ ایکٹ کے حوالے سے مظاہرے کرتے ہیں ان کے لئے کئی طرح سے ہاتھ کی صفائی بھی میسر ہوتی ہے۔ ایسے مواقع پر جب کسی شخص سے کہا جائے کہ وہ کوئی تحریر کاغذ پر لکھے جیسے مائنڈ ریڈر اپنے سطل سے بتا دے گا تو تحریر کو دیکھنے کے لئے وہ کئی طرح کے Trick استعمال کر سکتا ہے۔

حقاً کہ لکھے بغیر بھی چالاکائی سے معمول کا داغ پر چڑھ کر بتایا جاسکتا ہے اگر آپ جادو کے علم پر فروغ کرنے والوں سے روابطہ کریں تو آپ کو بچے کا ذوق پڑنے کے کئی طریقے مل سکیں گے سو اب کچھ نہیں۔

ان کیا ہے؟

وجدان کا مطلب ہے کہ محطومات کے حصول کے لئے کسی چیز کے ساتھ حواس کا تعلق قائم کرنا لیکن جس کے بارے میں عامل وضاحت نہ کر سکے کہ وہ اس نتیجہ پر کیونکہ پہنچا۔ بالفاظ دیگر وجدان کا مطلب ہے کہ ہم کسی چیز کے بارے میں یہ جاننے بغیر جانیں کہ ہم نے یہ کیا ہے۔

وجدان ایک کمزور اور ذاتی چیز ہے۔ اور جو لوگ سائنسی اصولوں کے ساتھ چلنے ہوئے

ہیں وہ اس کی حوصلہ شکنی کرتے ہیں اور انہیں تعلیم کرنے سے انکار کر دیتے ہیں کہ اس کی کوئی صلاحیت کا وجود ہے تاکہ وہی اثرات بار بار اپنی مرضی اور ارادے سے پیدا نہ کئے جا سکیں بد قسمتی سے نی زباند وہ جان اس قسم کے اوقات یا مقامات و حالات پر رد فرما ہوتا ہے جو کہ صرف عامل کے لئے ہی درست قرار پاتے ہیں ایسے حالات میں عامل یا تو ایکشن میں ہوتا ہے یا پھر نہیں ہوتا اور جب تک کوئی شخص ایسا طریقہ رد یافتہ نہ کر لے جس سے وہ جان کو کسی تجربہ گاہ میں ارادے کے ساتھ رد عمل لا جا سکے اس وقت تک کسی عامل کے دعوے پر وزن و یقین کرنا مشکل ہوگا۔

آئیے ذیل میں ڈاکٹر کے تجربات کے حوالے سے چند وہ جان کی مثالیں ملاحظہ کریں۔
مختلف ہسپتالوں میں ٹائٹ ڈیوٹی کے دوران میں مریضوں کے وارڈ میں جب بھی موقع ملے چاکران میں مکمل شام تا صبح معلومات کا تبادلہ کرتا ایک رات ایک بڑے ہسپتال کے وارڈ کے آفس میں گیا اور ایک مریض کو وہاں ڈیوٹی پر بیٹھا پایا۔ مریض خفت سے اٹھ کھڑا ہوا اور جانے ہی والا تھا تو میں نے پوچھا تو اس وقت میرا وہ جان مردوج پر تھا اسے روک لیا ہم ہار سے پہلے ایک دوسرے سے ٹکرائے تھے نہ ہی ایک دوسرے کے ناموں سے آشنا تھے یہ وہاں سے رات بھر ہی سیکشن سے بہت دور ہسپتال کے گوشے میں روٹنا ہوا جہاں کے ماحول سے میں ناواقف تھا۔

اس سے پہلے کہ وہ شخص کچھ کہتا، میں نے اسے چیلنے لگا کہ اور پوچھا۔

"میں کھانا ڈالنا تھا تمہارے لئے کچھ مٹی رکھتا ہے۔"

"ہاں..... اس نے جواب دیا۔ "میں وہ ہیں پٹا بڑھا ہوں۔"

"خوب..... میں نے کہا۔ "کیون تم نے چند ہسپتال کی عمر میں مگر چھوڑ دیا۔"

"بالکل درست..... اس نے جواب دیا۔ وہ حیران تھا کہ یہ کیا ہونے جا رہا تھا۔

"اگر تم مجھے کچھ کہنے کی اجازت دو۔" میں نے سلسلہ کلام جوڑتے ہوئے کہا۔

"میرا خیال ہے کہ تمہاری ماں نے تمہیں مایوس کیا تھا۔"

"وہ نہیں..... ڈاکٹر..... میں اپنی ماں سے بہت پیار کرتا ہوں۔"

"پھر بھی..... میرا خیال ہے کہ اس نے تمہیں مایوس کیا..... وہ اب کہاں ہوتی ہے؟"

"وہ گم ہے..... اس کی طبیعت ٹھیک نہیں رہتی۔" وہ گویا ہوا۔

"وہ کتنے عرصے سے بیمار ہے؟"

"نوعی کا زیادہ عرصہ اس نے بیماری میں ہی گزارا ہے اور میں اس کا اس وقت سے خیال

رکھ رہا ہوں جب سے میں نے ہوش سنبھالا ہے۔"

"اس کا مسئلہ کیا ہے۔"

"وہ ہمیشہ سے اضطرابیت کا شکار رہی ہے۔"

"اس حساب سے تو اس نے تمہیں مایوس ہی کیا ہے۔ کیا خیال ہے تمہارا؟ کیونکہ جن لوگوں

میں تمہیں اس کی طرف سے جذباتی سہارے کی ضرورت تھی۔ انہیں تمہیں اسے جذباتی سپورٹ دینا

پڑی۔"

"ہاں ڈاکٹر..... یہ ٹھیک ہے۔ بالکل ٹھیک۔"

میں نے اسی وقت ایک اور شخص آفس میں داخل ہوا۔ اور اسے بھی میں نے وہیں بٹھا لیا وہ دوبار

کی طرف پشت کر کے فرش پر بیٹھ گیا اور ہماری مائیں غور سے سننے لگا۔

"تمہاری شخصیت سے مجھے پتا چل رہا ہے کہ جب تمہاری عمر سو سال کی اس وقت سے

تمہارے والد کا کردار غیر مشورہ رہا ہے۔" میں نے پھل پھل سے مٹھکھو چاری دیکھتے ہوئے کہا۔

"وہ بلا لوش تھا۔ مجھے لگتا ہے کہ میری عمر اس وقت لوہوں سال رہی ہوگی جب اس نے بہت

زیادہ بچپنی شروع کر دی تھی۔"

یہ مٹھکھو اس سے بھی زیادہ عرصہ جاری رہی تھا کہ یہاں بیان کیا گیا ہے اس مٹھکھو کے

دوران میری طرف سے خاموشی کے قلعے بھی آ رہے تھے اب دوسرے شخص نے درخواست کی کہ

میں اس کے بارے میں بھی کچھ بتاؤں ٹھیک ہے۔ میں نے جواب دیا۔ میرا خیال ہے کہ تمہارا

والد تم پر بہت سختی کرتا تھا۔ تمہیں بیسیوں برس کا ہاتھ می پٹانا پڑا۔ تم اس کے ساتھ جملی یا پرندوں

کے شکار پر کسی نہیں گئے۔ تمہیں اپنے مٹی مبراوت پٹا تک ساتھیوں کے ہمراہ اپنے طور ہی پر مٹی

رکھ کر گزارنا پڑی۔

"بالکل ٹھیک ہے۔" اس نے جواب دیا۔

سائنس کی بجائے وجدان پر منحصر ہوتی ہیں اس مسئلے کے حل کے لئے دو سوال پہلے سے ہی ترتیب دے لئے گئے تھے۔

اس کے بعد وجدان کے ذریعے یہ پیش گوئی کرنے کی کوشش کی گئی کہ ہر شخص کا جواب ان سوالات کے حوالے سے کیا ہوگا وجدان کو یکا کر کرتے ہوئے سوالات پر مجھے 90 فیصد سے زیادہ تناسب کے ساتھ حیران کن انداز سے وجدان درست پایا گیا۔ دو سوال یہ تھے کیا آپ نرس ہیں اور کیا آپ سائیکالوجسٹ کے پاس بھی گئے ہیں۔

اس کے بعد ایک اور مطالعہ دو ہزار ایک سو کوشش کی گئی کہ کسی شخص کے بولنے سے پہلے اس کے پیشے کے بارے میں اندازہ لگایا جائے۔ صرف اس کے کمرے میں داخل ہونے اور بیٹھنے کے محال سے..... تمام افراد کو ایک ہی طرح کا معائنہ کیا اور سلیپر پہنائے گئے تھے..... ایک موقع پر ایک بار پھر پایا گیا کہ انداز سے وجدان حیران کن حد تک درست پائے گئے..... ایک موقع پر ایک بار پھر دیگر 26 افراد کے پیشوں کے بارے میں درست بتایا گیا جن میں کسان بک کبیر کلنگک چشہ درجاری سیکڑ میں، نویر باؤس میں، اور ڈک ڈناغیر شامل تھے اس صورتحال میں تصاویر کا مشن نہ تھا جیسا کہ میرے ساتھ ہسپتال میں واقع ہوا تھا کیونکہ اس بیڑے میں ان لوگوں کا محاذ کرنا ہی واحد کام تھا جبکہ ہسپتال میں پورے دن کی تصاویر کے بعد بیماری و زخم واریاں سنبھانے کے بعد وجدان کا سلسلہ شروع کیا تھا۔ مزید برآں ایک متردد مدت میں زیادہ لوگوں کے ساتھ بات کرنا زیادہ آسان ہے۔ بہ نسبت ایک شخص کے ساتھ زیادہ وقت گزارنے کے کیونکہ اول الذکر صورت حال میں ذاتیات شامل نہیں ہوتیں۔ جو کہ موثر الذکر صورت میں لمبے افراد کی صورت میں دور آتی ہیں۔

مندرجہ بالا دونوں تجربہ بات میں کوشش کی گئی کہ وجدان کو احاطہ تجربہ میں لایا جائے جس سے جگہ ایسے معیذ اصولوں کے بارے میں پتہ چلا یا جاسکے کہ وہ بارہ اگر لوگوں کا محاذ کرنا پڑے تو ایسی اصولوں پر کاربند رہے۔ زیادہ محنت کے ساتھ ان کے بارے میں پیش گوئی کی جا سکے۔

اس کے ساتھ ہی ایک دلچسپ قسم کی صورت حال سامنے آئی جیسا کہ ذکر ہوا دوسرے

اسے بتا کر اس کی ماں نے اسے ایسا کیا ہے تو مجھے اپنی بات پر اس قدر پر یقین تھا کہ جب اس نے اس بات کی تردید کی تو میں نے اسرار کیا کہ میری رائے درست ہے جو کہ آخر کار دوست ثابت ہو کر دوسری طرف دوسرے مریضوں کے بارے میں بڑی مشکل بائیں تانے کے باوجود میں اس کی عمر کا صحیح اندازہ نہ لگانے کی غلطی کا ارتکاب کر بیٹھا جو اس بات کا مظہر ہے کہ جب وجدان نہ کر نہ کر پا ہو تو تجربہ کار یا دلی بھی مارا جاتا ہے۔

وجدان کیسے کام کرتا ہے:

وجدان کو تو بلی تقسیم کے لئے ہمیں اپنے اس عقیدے کو خیر باد کہنا ہوگا کہ کسی چیز کو جاننے کے لئے ہمیں اسے الفاظ میں بیان کرنا ضروری ہے کہ ہم کیا جانتے ہیں اور کیسے جانتے ہیں یہ عقیدہ واصل جدید سائنسی طریق کار کا سہاؤ آرائی کی حد تک استعمال کا نتیجہ ہے جو کہ ہمیں حقیقت کو جاننے پر کھنکے کے حوالے سے بہت دور لے گئی ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ یہ ہمیں فطرت اور قدرتی واقعات کی تقسیم سے بھی بعد المشرقین پر لے گئی ہے اپنے اندر کے بچے کو متعین کر کے ہم نے بہت مفید اور قیمتی چیز کو بھی قید کر لیا ہے۔ صرف وہی لوگ وجدان کو درست استعمال میں لاسکتے ہیں جو کہ فطرت کے ساتھ تعلق کو خطرے میں لائے بغیر اپنی وجدانی صلاحیتوں کی موثر تکس جیسا کہ فریڈ نے بھی کہا ہے کہ ”یہ بہت حد تک اندازوں اور غیر مل شدہ مسائل کا مظہر ہے لیکن اس کی گہرائی نہیں کرتی کیا ہے۔“ ”وجدان سادہ سے الفاظ میں الفاظ کے بغیر احترام ہے جب ہم اس بات کو الفاظ میں لکھنے سے قائل ہو جائیں جس کا ہمیں وجدانی احساس ہوا ہو کہ ہم کیونکر اس نتیجے پر پہنچے تو وجدان کو گفتگو کی زبان مل جائے گی اور پھر وہ وجدان نہیں رہے گا بلکہ سائنس کہلائے گی۔“

ریاست ہائے متحدہ امریکہ کی حکومت نے وجدانی طریقہ کار کے مطالعہ کے لئے روزانہ اڑھائی سو سے پانچ سو افراد کے انٹرویو کر کے کل پچیس ہزار لوگوں پر عمل مکمل کر کے وجدان کی جانچ پڑتال کا ایک مہری موقع فراہم کیا۔ اس قدر وہاں لوگوں کا نفسیاتی تجربے مثلاًں کے سنبھانے کیٹروں تک محدود رہا ہے۔ وقت کی اتنی سخت پابندی کے بعد حاصل ہونے والی آراء نفسیاتی

یہ بات قابل ذکر ہے کہ بہت حد تک وجدانی علم کا انحصار سوچنے کی حس (حس شام) پر ہے کسی شخص کی سانس اور پسینے کی برسات کے جذباتی رجحانات کے ساتھ ساتھ بدلتی رہتی ہے کچھ لوگ بڑے بارے میں دوسروں کی نسبت زیادہ کامیاب ہوتے ہیں اور جس فاصلے سے خوشبو جذبات پر اثر انداز ہو سکتی ہے وہ فاصلہ یقیناً حد تک زیادہ ہو سکتا ہے بعض جانور جنس مخالف کی ہوا کی سہل کے فاصلے سے بھی محسوس کر سکتے ہیں یہ حقیقت کہ ہم کسی بڑے آگاہ نہیں ہیں اس بات پر دلالت نہیں کرتی کہ وہ ہمارے جذباتی رویے پر اثر انداز نہیں ہو رہی بلکہ ان کو یہ محسوس کئے بغیر کہ یہ بڑے خواب تک تبدیل ہو سکتے ہیں۔

وجدان کی حریت تحقیق از رویے گرد پھر اپنی یہ نشاندہی کرتی ہے کہ یہ صلاحیت بچے کی "ان" کی حالت سے تعلق رکھتی ہے۔ اگر "بچہ" کو "بالغ" اور "باہر پڑا" انا کے درجہ سے آزاد رکھا جائے تو وجدان اپنی بہترین شکل میں پایا جائے گا جس وقت "بالغ" شعوری منطق کے ساتھ سامنے آتا ہے یا "والدہ والدہ" اپنے تشبہات اور خوش ساختہ نظریات کے ساتھ سامنے آتے ہیں تو وجدان میں نقص پیدا ہو جاتا ہے کیونکہ "بچہ" ان اعلیٰ قوتوں کے سامنے سر تسلیم خم کر لیتا ہے اگر "بچہ" کو انعام کا لالچ دیا جائے یا سزا کا خوف دلا یا جائے تو پھر بھی وجدان ناکامی سے دوچار ہوتا ہے دوسرے لفظوں میں وجدان ایک مذاک کی صلاحیت ہے جو کہ بیرونی دباؤ کی موجودگی میں مضطرب یا منتشر ہو سکتی ہے جو اس بات کی دلالت ہے کہ وجدان فراموش پر جلوہ نہیں ہوتا۔

حواس ماورائے اور اک کیا ہے؟

بہت سے لوگ حواس ماورائے اور اک یعنی Extra-sensory perception یا ای ایس پی کا راز سے واقف ہیں جو کہ ایک پارلیمنٹ کے طور پر استعمال کے لئے فروخت ہوتے ہیں یہ 25 کا رڈوں کا ایک ٹکٹ ہوتا ہے جس کے اوپر چار مختلف ڈیزائن ہوتے ہیں اس طرح ایک گڈی یا چھوٹے ڈیزائنوں پر چار مختلف شکلوں پر چار ستاروں پر چار ضرب کے نشانوں پر چار ہی لہریں پر چار گولوں پر مشتمل ہوتی ہے واضح ہے کہ اس کا تعلق قوانین (Laws of Chance) کے تحت چونکہ چار مختلف اندازوں سے ہائے جاتے ہیں اس لئے چار میں سے ایک اندازہ

درست قرار پایا جاتا ہے۔

اس ٹیم کے سائنسی دلچسپی ہونے کی وجہ یہ ہے کہ ڈاکٹر جے بی رائٹ کی ڈیوک یونیورسٹی لہاری جہاں یہ کارڈ ڈیزائن ہوتے ہیں وہاں لوگوں کی اکثریت ہزاروں تجربات کے دوران درست اندازوں لگانے میں کامیاب رہے تھے یعنی چار میں سے ایک سے زیادہ بار صحیح اندازہ... ڈاکٹر رائٹ کا خیال تھا کہ درست اندازوں لگانے والے لوگ اپنے حواس کی بجائے کسی اور ذریعے سے یہ معلوم کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں کہ ان کا کارڈ کونسا چار مختلف لالچ یا آف چاروں کے حوالے سے ایک بار صحیح اندازہ لگانے کی بجائے زیادہ صحیح اندازوں لگانے کے اس طریق کار کو اس نے Extra Sensory perception کا نام دیا ہے۔

ڈاکٹر رائٹ نے یہ کارڈ دماغی انکساریات (فلسفۂ حقیقی) اور طبی بنی کے مطالعے کے مقصد کو سامنے رکھتے ہوئے ترتیب دیے تھے اگر ایک اسٹنٹ کسی کارڈ کو اٹھا کر اس کے بارے میں دماغ پر زور ڈالے گا جیسے کہ وہ کسی دوسرے اندازہ لگانے والے کو ملے گی گراف وید ہا ہو کہ یہ کارڈ کونسا ہے تو اسے دماغی فلسفۂ حقیقی کہتے ہیں۔ اندازہ لگانے والا ایسا کرے گا کہ اس کے ہاتھ پر چار کی شکل دوسرے کرے میں موجود ہو سکتا ہے لیکن یہ درجوں میں اس بات کی احتیاط برتی جاتی ہے کہ وہ کسی بھی طرح ان کارڈوں کو نہ دیکھ سکے۔

اگر اندازہ لگانے والا یہ اندازہ لگانے کی کوشش کرے کہ ان کا کارڈ کونسا اٹھایا جائے گا جس کے بارے میں ابھی تک کسی اسٹنٹ نے نہیں دیکھا اور نہ ہی اس کے بارے میں ابھی تک سوچا ہے تو یہ غلط فہمی کہلاتی ہے۔ ہر دوسروں میں لالچ یا آف چاروں کے طرز سے ذریعے ہزاروں لاکھ کے ذریعے چار میں سے ایک اندازہ درست قرار پائے گا۔

کئی سالوں کے عرصے میں مختلف لوگوں پر انکوں تجربات کرنے کے بعد ڈاکٹر رائٹ نے کئی دلچسپ باتیں معلوم کیں ان میں سب سے اہم یہ تھی کہ بعض لوگ تقریباً ہمیشہ درست اندازے ایک بڑے عرصے تک کے ساتھ لگاتے تھے جبکہ دوسرے بالکل ہی ایسا کر پاتے ایسا محسوس ہوا تھا کہ بعض لوگ دوسرے کے مقابلے میں فلسفۂ حقیقی یا غلط فہمی کی صلاحیت یا قاعدہ طور پر دوسروں سے زیادہ درست تھے دوسری بات یہ کہ اگر صحیح اندازوں لگانے والے ٹھیک چار میں یا ان

کے دماغوں کو جو مصل کرنے کے لئے غنیمت اور دو اکلادی جائے تو درست جوابات کا حساب کم ہو جاتا تھا۔

حتیٰ کہما خرکار یہ پانچ میں سے ایک درست جواب دینے کی اوسط شرح پچا تھا جبکہ اگر انہیں کافی یا کوئی اور محرک شے دی جاتی تو ان کی درستگی میں خاطر خواہ اضافہ ہو جاتا۔

ان نتائج کے یہ مظاہرہ ہو کہ بعض لوگ دوسروں کی نسبت زیادہ غیب بنی یا دماغی ثبلی و حقیقی صلاحیت سے بہرہ ور ہوتے ہیں اور اس بات نے سائنسی محققوں میں طبعی پھیلا دی۔ اس کا تحقیقی کام کی فیلڈوں کی طرف سے تنقید کا نشانہ بنایا گیا سب سے پہلے اس کے حسابی طریقہ کار پر اعتراضات اٹھائے گئے۔ یہ کہا گیا کہ اس نے جس طریقے سے تجرباتی کئے ہیں رزلت بہتر آنے کے امکانات دینے کی زیادہ ہو جاتی ہیں جب اصلی ٹیٹ آف ٹھنکس ٹھنکس نے باضابطہ طور پر 1937ء میں اعلان کیا۔ اس کا حسابی طریقہ کار درست تھا اور اس نے جس طریقے سے لاز آف چانس کا استعمال کیا تھا اس کو مستند قبولیت بخشی تو یہ تنقید خود بخود دم توڑ گئی اس کے باوجود یہ کہا جاسکتا ہے کہ لاز آف چانس کے بارے میں ہمارے نظریات تا حال محض کاغذ پر ہی حل کئے گئے ہیں اگر یہ تسلیم کر لیا جائے کہ ڈاکٹر رائن کے نتائج مختلف صورت حال کے حوالے سے درست لاز آف چانس کی نشاندہی کرتے ہیں پھر بھی اس سے پہلے کسی نے ان لاز کو اتنی تعداد میں تجربے کی کوئی پرکھیں پرکھنا ان سے کہا ہے۔

دوسری بات یہ کہ اس کے کارڈوں کے معیار پر بھی تنقید کی گئی تھی وہی ہی مشق کے بعد وہ پیچھے سے دیکھنے پر بھی پڑے جاسکتے تھے جبکہ سامنے والی سائیز سے انہیں دیکھنے پر چھوکر اعزازہ لگایا جاسکتا تھا کہ وہ کون سے کارڈ ہیں اور اس طرح اس کے بعض تجربات مشکوک ہو کر وہ گئے تاہم بعض دوسرے تجربات سے ایسے نتائج بھی برآمد ہوئے جہاں اعزازہ لگانے والے کے لئے کارڈ کو دیکھنا ہی ممکن نہ تھا بالخصوص ان تجربات میں جو کہ ٹیلی فون کے ذریعے کئے گئے جہاں اعزازہ لگانے والا کسی دوسرے کمرے میں اور بعض اوقات کوسوں دور ہوتا تھا۔

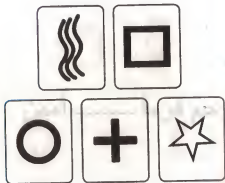
تیسری بات یہ کہ ان تجربات کی شعوری اور لاشعوری غلطیوں پر بھی اعتراضات اٹھائے گئے یہ بھی محسوس کیا گیا۔ کہ تجربات کرنے والے لوگ خود کو دانستہ یا غیر دانستہ بیوقوف بناتے رہے

ہوں گے۔ کئی تجربات پر انہی بنیادوں پر اعتراضات وارد کئے جاسکتے ہیں۔ تاہم تمام پر ایسا محسوس کیا جاسکتا۔

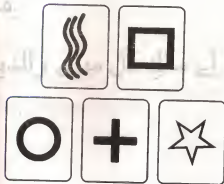
چوتھی بات یہ کہ یہ تجربات دوسرے لوگوں کے حوالے سے اس قدر کارآمد ثابت نہ ہوئے جس قدر کہ ڈیجٹل بخود مشی میں ہوئے تھے پرش سوسائٹی کا راسخٹک ریسرچ نے کئے دل و دماغ کے ساتھ ڈاکٹر رائن کے نظریات کو جانچا لیکن اس کے طریقہ ہائے کار کو ہدف تنقید بنایا کیونکہ جب اس طریقے سے انہوں نے لوگوں پر تجربات کئے تو انہیں طبعی و حقیقی اور غیب بنی کے حوالے سے قائل کرنے والی شہادتیں مہر نہ آ سکی۔

اس کے تمام تجربات اور تمام تنقیدات کو ذہن میں رکھتے ہوئے اس نتیجے سے صرف نظر کرنا دشوار ہوگا کہ یہ یا تو ہمارے حواس اور ارک کے اظہار کا طریقہ ہے یا کچھ اور لاز آف چانس اس چیز سے بہت مختلف ہے جیسا کہ ہم ان کے بارے میں سوچتے ہیں تاہم بہت سے دلچسپی رکھنے والے لوگوں کا خیال ہے کہ اس مسئلے کے حل کے لئے حسابی طریقہ کار بہترین طریقہ کار نہیں ہے یعنی طبعی و حقیقی اور غیب بنی کا وجود ضرور ہے لیکن انہیں دیگر ذرائع سے جانچنے کی کوشش کی جانی چاہیے سب سے دلچسپ مسئلہ یہ آئے آئے ہے کہ اگر کوئی شخص اس خیال کو تسلیم کر لیتا ہے کہ لوگ ہمارے ارادہ اور احساس کر سکتے ہیں تو وہ اس کو کیسے محسوس میں لاتے ہیں اور اس بات کو کوئی امکان نظر نہیں آتا کہ یہ باضی کسی اس سوال کا جواب فراہم کر سکے۔

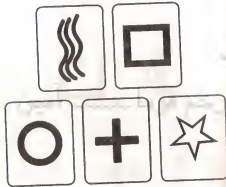
ٹیلی پیٹھی کا رڈز کا دوسرا سیٹ



ٹیلی پیٹھی کا رڈز کا پہلا سیٹ



ٹیلی پیٹھی کارڈز کا چوتھا سیٹ



ٹیلی پیٹھی کارڈز کا تیسرا سیٹ



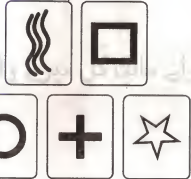
ڈائریکٹرانے ایک اور مسئلے پر کام کیا جو کہ کئی لوگوں کے لئے دلچسپی کا باعث ہوگا وہ یہ کہ کیا لٹرو کا دانہ بچھنے والا اس پر اثر انداز ہو سکتا ہے؟ ابھی تک تو اس کا جواب ہاں میں انکار آتا ہے۔ ایسے لوگ جو بغیر سوچے سمجھے ڈائریکٹرانے میں وہ ان لوگوں کے مقابلے میں کامیاب نہیں ہوتے جو کہ ڈیڑھ اور پھول پر زور دے کر شعوری انداز میں اسے بچھتے ہیں اس لئے ایک مثینی رولر کے استعمال کے ذریعے ڈائریکٹرانے ڈائریکٹرانے کو ”سکھانے“ کا چانس کم کر دیتا ہے یہ مسئلہ روزمرہ زندگی میں زیر مطالعہ لانا تاثرات پر مشتمل نہیں ہے جتنا کہ ٹیلی ویژن اور فیوٹیج کے مسائل کا احاطہ کرنا مشکل ہے لٹرو کا دانہ بچھنے والے ہر گروپ میں بعض کھلاڑی ایسے ہوتے ہیں جو کہ حیرت انگیز یا ناقابلِ حریف کے ساتھ پوائنٹ حاصل کرتے چلے جاتے ہیں جبکہ بعض ایسے بھی ہوتے ہیں جو کہ مشکل ہی کوئی پوائنٹ حاصل کرنے میں کامیاب ہوتے ہیں۔

ای ایس بی کیسے کام کرتی ہے:

ہم صرف الفاظ استعمال کرتے ہی اپنے ساتھ اور دوسروں کے ساتھ واضح گفت و شنید کر سکتے ہیں عمومی طرزِ عمل کی اثرات پر مشتمل ہوتا ہے جنہیں الفاظ کا جامہ پہنایا جاسکتا ہے ہمیں پتہ ہوتا ہے کہ کسی لڑکی نے سرخ کوٹ زیب تن کیا ہے کیونکہ ہم دیکھتے ہیں کہ کوٹ سرخ رنگ کا ہے ویدان بہت زیادہ لطیف تاثرات حواس پر مشتمل ہوتا ہے جنہیں الفاظ کی زبانی ادا کرنا مشکل ہوتا ہے ہم جانتے ہیں کہ لڑکی کے سوٹ کیس میں ایک سرخ کوٹ موجود ہے کیونکہ ہم یہ بتا سکتے ہیں کہ وہ اس قسم کی لڑکی ہے جو کہ سرخ کوٹ پسند کرتی ہے ٹیلی ویژن اور فیوٹیج دانی کا دار و مدار کسی اور چیز پر ہے ہم بغیر کسی معلوم وجہ کے اچانک محسوس کر سکتے ہیں کہ اس لڑکی کی بڑی بہن کے پاس دوسرا کوٹ ہیں اور یہی ESP ہے۔

مثیل ٹیلی ویژن اور فیوٹیج دانی سے ملنے والے واقعات زیادہ واضح طور پر ہماری توجہ کا باعث بنتے ہیں جب ان کا ساتھ ادا دے ہو۔ جب ہم اس بات سے آگاہ ہوتے ہیں کہ ایک انجینیئر کے مندرجہ کئے دانت ہیں یا وہ کس نمبر کی گلی میں کس سے ملاقات کے لئے جا رہا ہے تو ہم عملی طور پر یہ نتیجہ اخذ کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں کہ یہ علم حواس کے استعمال کے بغیر کسی اور ذریعے سے

ٹیلی ویژن کا انسائیکلو پیڈیا



حاصل ہوا ہے۔

یہ فرض کر لینا نسبتاً محفوظ ہے کہ ہمیں اپنے گرد پیش کا علم حاصل کرنے کے لئے جنہیں طریقوں کی ضرورت ہوتی ہے جنہیں ایک دوسرے سے مکمل طور پر علیحدہ تو نہیں کیا جاسکتا تاہم آپس میں عدم ضرورت کیا جاسکتا ہے۔ پہلا تو عمومی علم ہے جو کہ عملی تجربات کے حوالے سے بالغ انسانیت کے درجے پر سکھا جاتا ہے۔ دوسرا وہ دلالتی علم ہے جو کہ ابتدائی برسوں میں بچہ کی حیثیت کے طور پر سمجھا جاتا ہے اور بچہ کا انسانیت کے درجے کے عمل کے طور پر برقرار رہتا ہے جبکہ تیسرا باروائے حواس اور اک (ESP) ہے جو کہ بارالغ کے غیر معلوم ذرائع سے حاصل ہوتا ہے۔

ہم نہیں جانتے کہ ESP کیسے کام کرتی ہے اگر اس کا وجود ہے تو نفسیاتی تجربیہ کاروں نے دماغی ترسیل افکار پر بہت کچھ لکھا ہے جو کہ عموماً باروائے حواس اور اک ہی کی ایک شکل ہے جس کی ترجمانی عقلی نفسی کے طریقوں سے ہی ہو سکتی ہے نہ کہ جس چیز کا اور اک کیا گیا تھا وہ ظاہر ہو جائے یہ اس بات کی شہادت ہے کہ باروائے حواس اور اک دماغ کی گہری تہوں کا ایک عمل قرار دیا جاسکتا ہے۔

☆☆☆

باب نمبر 5:

ٹیلی پتھی اور روحانی علوم

دنیا کے تمام مذاہب میں جتنے بھی مذہبی پیشوا ہوئے ہیں ان کے حالات زندگی سے یہ بات عیاں ہوتی ہے کہ انسان اپنے اندر روحانی قوتوں کو بیدار کر کے فوق البشر بن سکتا ہے انہوں نے اپنے کشف کے ذریعہ کہیں مستقل کا خاکہ پیش کیا اور کہیں دلوں کا راز بیان کر دیا کہیں کائنات کے گہرے راز عیاں کئے۔

بقول ماہرین اسائیکالوجی پروفیسر ڈاکٹر گیرٹ۔

”انسان بے پناہ قوتوں کا مالک ہے بعض اوقات اس سے ایسے افعال بھی سرزد ہوتے ہیں جو کہ عادی سمجھے جاتے ہیں جن میں ہی پر اسرار قوتوں کو عام طور پر روحانی قوت کہا جاتا ہے۔“

ماہرین نے اس کو ذیل کی حالتوں میں تقسیم کیا ہے۔

- 1۔ صدائے غیبی یا روشن ضمیری (Clairo Voyance)
- 2۔ ترسیل خیالات یا اشراق (Telepathy)
- 3۔ غیب بینی یا مستقبل بینی (precognition)
- 4۔ پس بینی و پیش بینی (Retro-Cognition)
- 5۔ نفس پیمائی (Psychometry)

ذیل میں مختصر اترام علوم کا ٹیلی پتھی سے موازنہ پیش کیا جاتا ہے۔

روشن ضمیری (Clairo Voyance)

آج تک روشن ضمیری کی حدود متعین نہیں کی جاسکیں اس سے ہر ایک اس کی تشریح اپنے

اپنے طور پر کرتا ہے۔ بعض کے نزدیک یہ وہ صلاحیت ہے۔ جس کی بناء پر مستقبل میں پیش آنے والے یا گزرے واقعات کا انکشاف خود بخود و متغیر فرود ہو جائے اس میں قائلے کی کوئی قید نہیں ہے۔

غیب گوئی یا پیش گوئی (Retro-Cognition) یہ ایک ایسی صلاحیت ہے جس کے تحت کسی فرد کو مستقبل میں پیش آنے والے واقعات کا علم ہوتا ہے خواہ انکا تعلق اس کی اپنی ذات سے ہو یا کسی دوسرے فرد کی ذات سے غیب گوئی نفس انسانی کے خصائص میں ہے نفس انسانی بشریت سے روحانیت کی طرف منتقل ہونے کی صلاحیت رکھتا ہے جو عالم بالا سے اسکا رابطہ قائم کئے ہوئے ہے یہ سعادت انبیاء علیہم السلام کا خاص خاص اوقات میں بصری ہے کہ چونکہ غیب گوئی کی صلاحیت ان میں پیدا نہیں ہوتی ہے اور ہلکسی کہ وہ اس دور کسی شے سے مدد لئے بغیر انہیں حاصل ہوتی ہے اس سلسلے میں مذکورہ تصورات سے مدد لیتے ہیں اور نہ ہی کسی اور خاصہ۔

یہ بات اللہ تعالیٰ کی طرف سے ان کے اندر پیدا ہوتی طور پر ودیت شدہ ہوتی ہے کہ جامعہ بشریت جب چاہیں اتار کر جامعہ روحانیت مابین نفس اور یہ سب کچھ آفاقی ہوتا ہے یہ بات پایہ ثبوت تک پہنچ چکی ہے کہ یہ صلاحیت فطری ہونے کے باعث انسانوں کو متعلق طور پر ایک دوسرے سے جدا کرتی ہے۔

بہر حال فطری غیب والوں کے مقابلے میں یہ صلاحیت آکتابی طور پر حاصل کی جاسکتی ہے لیکن اس کی یہ فطرت انبیاء علیہم السلام کی طرح خاص نہیں ہوتی بلکہ ناقص ہوتی ہے مگر جب ناقص فطرت کی وجہ سے انہیں بشریت سے روحانیت کی طرف منتقل ہونے میں رکاوٹ پیدا ہوتی ہے۔ تو یہ جتنی چیزوں سے خواہ وہ محسوس ہوں۔ یا خیالی مدد دیتے ہیں اور یہی ثعلبی جنتی کا بھی خاصہ ہے۔

بہر حال اپنے افراد ثعلبی جنتی کے ذریعہ مختلف مشقوں کی مسلسل دریافت کے بعد اس قائلے ہو جاتے ہیں کہ وہ غیب گوئی بیان کر کے لوگوں کو حیران کر دیں خواہ ان کی غیب گوئی کھینچ کا م کرے یا جڑوا۔

لیکن عملی طور پر یہ غلط ثابت ہو چکی ہے کیونکہ مستقبل کے بارے میں پیش گوئیاں اس سے

کسوں دور ہیں۔ روشن ضمیری صرف اولیائے کرام کا گھر مقصود ہے جبکہ غیب دان یا راستے کا پہلا سنگ میل ہے ایک روشن ضمیر کو غیب دان یا غیب گوہر ہو سکتا ہے لیکن ایک غیب دان ضروری نہیں ہے کہ روشن ضمیر بھی ہو۔

روشن ضمیری کی مرکزی خصوصیات میں ان افراد کے وقتی افق پر سیلاب نور میں بار بار دکھائی دیتا ہے اور اس کی نور میں وہ اپنے آپ کو ہر وقت اللہ کے حضور موجود ہوتے ہیں ایسی حالت میں ہے جہاں ہر گروہ جان حاصل ہوتا ہے جس کا کوئی مقابلہ کوئی احساس اور خیال بالکل نہیں کر سکتا اس میں ظاہر و شرف بالکل سنائی نہیں دیتا ماسوائے باطنی آواز کے جسے عرف عام میں الہام کہا جاتا ہے۔

اس کے علاوہ روشن ضمیر انسان کے اندر ہر قسم کی ہر پریشانی سرے سے مقصود ہوتی ہے اور وہ ہر وقت سکون و اطمینان کے سمندر میں غرق ہوتا ہے اس پر اپنے سارے احیاء خود بخود واضح ہو۔ نہ گئے ہیں جن کی توجہ سراسر ناممکن ہوتی ہے اس پر مصداق یہ اس کے تمام احساسات دینا اپنا رخ مستقل طور پر بدل کر روحانی ہو جاتے ہیں جیسے باطنی نور سے تعبیر کیا جاتا ہے جو ایک ایسی روشن کی مانند ہوتا ہے جو ہر پہلو سے ہر اقسام کی روشنیوں سے اور ہوتی ہے۔

روشن ضمیری کے تمام مشقوں سے حاصل نہیں ہوتی کیونکہ یہ ایک خدا داد صلاحیت ہوتی ہے جو اللہ تعالیٰ کی طرف سے ہی نیک انسان کو کسی بھی مرحلے پر بغیر محنت اور مشقت کے حاصل ہوتی ہے البتہ اس تک کسی قدر درمیانی حاصل کرنے کے لیے سینہ و ہوا کی یوگ کے مراعات کرتے ہیں لیکن وہ اسلامی روشن ضمیری تک بالکل نہیں پہنچ پاتے۔

کشف

کشف روحانی ماہرین کے نزدیک اس صلاحیت کا نام ہے جس کی بناء پر مستقبل میں پیش آنے والا واقعہ خود بخود ذہن پر وارد ہو جائے خواہ اس خاص واقعہ کا تعلق قائلے بعید یا قریب ہی سے کیوں نہ ہو۔

اگرچہ یہ صلاحیت بھی خداوندی ہے لیکن ثعلبی جنتی مشق کے ذریعے اس پر عبور حاصل کیا جا

سکتا ہے۔

اس کے لیے اپنے ذہن کو ہر قسم کے خیالات سے پاک کیجئے اور اپنے تصور کو کسی خاص چیز کی طرف منتقل کر دینے سے آہستہ آہستہ آپ کا تعلق شعور برتر سے قائم ہو جاتا ہے اور جس شے کا مسلسل تصور کیا جاتا ہے اس تصور کے عالم استغراق میں انسانی ذہن میں ایسا تک کا نکتہ شعور مطلق سے اپنے شعور کا رابطہ قائم کر کے رہاں و مکان کی پابندی سے اسے آزاد کر دیتا ہے اس حالت میں حالت کشف خادری ہوتی ہے اور آنکھوں کے سامنے مطلوبہ تصویر گھومتی لگتی ہے اور فہمی آواز بھی سنائی دینے لگتی ہے ہر حال اس کے لیے مسلسل ریاضت کی ضرورت ہوتی ہے۔

الہام (ندائے نبی) (inspiration)

الہام ایک نہایت اعلیٰ اور برتر انسانی خوبی و صلاحیت کا نام ہے ہر انسان کو الہام نہیں ہوتا یہ صرف خدا کے برگزیدہ بندوں کا ہی وصف ہے کہ انہیں ہمیشہ الہام ہوتا رہتا ہے اللہ تعالیٰ سے رابطہ قائم کرنے کا اعلیٰ ترین وسیلہ ہے۔

الہام اور عارفانہ فیضی کا چوٹی داغن کا ساتھ ہے اور اس کے لیے ان تمام طریقوں کو جاننا ضروری ہے جو ماہرین نے اپنے شاگردوں کے لیے مقرر کئے ہیں ان میں طشت جینی، بلور شیشی، پاش شدہ جاشن کو مسل و دیکھا وغیرہ وغیرہ شامل ہیں کافی استغراق کے بعد کائناتوں میں بعض معلوم آوازیں سنائی دیتی ہیں جنہیں عارفانہ فیضی کہا جاسکتا ہے اس کی مشقیں ہم تمام ملرز و محسن میں بیان کر چکے ہیں۔

- 1- علم فیض کی دو اقسام ہیں (1) ذاتی علم الغیب اور (2) عطائی علم الغیب یعنی عطا فرمایا ہوا۔
- 1- ذاتی علم الغیب مالک و رزق دہندہ و مزارع اللہ رب الجلیل کی ذات کے سوا کسی کو بھی نہیں۔ یعنی ذات باری تعالیٰ کے علاوہ کوئی بھی عالم الغیب نہیں۔
- 2- عطائی علم الغیب کے معنی ہیں وہ فیض کا علم جو اللہ رب العزت کی جانب سے کسی کو عطایا گیا ہو۔

کسی بھی فرشتے نبی یا ولی کو روئے زمین پر کوئی بھی عالم الغیب نہیں کہہ سکتا۔ حتیٰ کہ کائنات

کی سب سے عظیم المرتبت شخصیت افضل الانبیاء و افضل البشر جناب نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی ذات گرامی بھی عالم الغیب نہیں۔ اگرچہ آپ کی ذات باریک کلام کا شہر ہے۔ لیکن یہ علم الغیب اتنا ہی ہے جتنا کہ اللہ تعالیٰ نے ضرورت کے تحت حضور صلی اللہ علیہ وسلم کو عطا فرمایا۔ خود حضور پر نور نے اپنے آپ کو کسی بھی عالم الغیب ثابت کرنے کی کوشش نہیں فرمائی۔ مثلاً روح ہی کے بارے میں۔ جب آپ سے روح کے بارے میں دریافت کیا گیا تو آپ پر وحی نازل ہوئی۔

”و یسئلونک عن الروح ط فل الروح من امر ربی و ما ولیکم من العلم الا قلیل“

(اور لوگ آپ سے روح کے متعلق سوال کرتے ہیں۔ کہہ دو کہ روح میرے پروردگار کے امر سے ہے اور میں دینے والے ہوں مگر علم سے محروم ہوں۔)

یہ بات رہائی اس بات کی دلیل ہے کہ حضور پاک ﷺ کو علم عطا کیا گیا یعنی جس وقت وحی ضرورت پڑی اللہ پاک کی جانب سے آپ کو عطا کر دیا گیا۔

اللہ تعالیٰ کی جانب سے اپنے خاص خاص بندوں کو تین طریقوں سے کچھ خاص باتیں بتادی جاتی ہیں۔

- (1) کوئی کے ذریعے (2) الہام کے ذریعے اور (3) کشف کے ذریعے
- 1- وحی: صرف نبیوں اور پیغمبروں کے لیے مخصوص ہے۔ وحی کے معنی ہیں وہ مخصوص علم جو اللہ تبارک و تعالیٰ کی جانب سے فرشتوں کے ذریعے نبی یا پیغمبر تک پہنچایا جائے جیسا کہ سورۃ حمد کی آیت نمبر 49
- ”خیر من الغیب کی خبروں میں سے ہیں جن کی وحی ہم تیری جانب کرتے ہیں۔ انہیں اس سے پہلے نہ جانتا تھا نہ تیری قوم“ O
- 2- الہام: اللہ تعالیٰ کی جانب سے اپنے کسی خاص نیک بندے کے دل پر کوئی بات ظاہر کیے جانے کا الہام کہا جاتا ہے۔
- 3- کشف: معنی ہیں پروردگار یا جاننا۔ یعنی جب اللہ تعالیٰ کی جانب سے کسی نبی یا ولی اللہ کو کسی بات کے بارے میں آگاہی دینا مقصود ہو تو اللہ تعالیٰ اس کی آنکھوں کے سامنے

مصانوث کیا اور آپ گر پڑے جب جن و انس کو ان کی موت کا علم ہوا۔

ہات ہوا کہ جنات بھی خیب کا علم نہیں جانتے۔ مگر جانتے ہوتے تو وہ ایک سال تک خاموشی سے مشقت نہ کرتے۔

خیب کا علم ہے کیا؟:

سورۃ لقمان آیت: 34 میں ارشاد باری ہے۔

”بے شک اللہ ہی ہے جس کے پاس ہے علم قیامت کا۔ اور وہی برستا ہے بارش اور وہی جانتا ہے کہ کیا ہے رحموں میں۔ اور نہیں جانتا کوئی شخص کہ کیا کرے گا وہ کل اور نہیں جانتا کوئی شخص کہ کس سر زمین میں مرے گا۔ بے شک اللہ ہے ہر بات کا جاننے والا اور پوری طرح باخبر“
حضرت ابن عمرؓ سے روایت ہے کہ حضور پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ پانچ چیزیں ایسی ہیں جن کو اللہ کے سوا کوئی نہیں جانتا:

1۔ جو رحم کے اندر ہے۔ (یعنی ماں کے پیٹ میں لڑکا ہے یا لڑکی)

2۔ اور کل جو کچھ ہوگا۔

3۔ اور یہ کوئی نہیں جانتا کہ بارش کب ہوگی۔

4۔ اور یہ کوئی نہیں جانتا کہ وہ کس جگہ مرے گا۔

5۔ اور یہ کہ اب العالمین کے علاوہ کوئی نہیں جانتا کہ قیامت کب واقع ہوگی۔

اس طرح قرآن پاک نے علاوہ ان پانچ چیزوں کے اور دیگر چیزوں کے بارے میں علم کو ظلم الغیب سے تعبیر نہیں کیا۔

☆☆☆.....

سے پردہ اٹھاتا ہے تو وہ اسرار اس پر آشکارا ہوتا ہے۔ اس بات کو اس طرح سمجھا جاسکتا ہے کہ کراچی میں میٹرمین کے کلاس آڈا دکھانا چاہے یا لاہور میں رہتے ہوئے کسی شخص کو لندن کے بارے میں آگاہی دینا مخصوص ہو تو حکم ربانی کے ذریعے درمیان میں حائل تمام پردے اٹھا دیئے جاتے ہیں اور وہ شہر اس بندے کے سامنے اس طرح آ جاتا ہے جیسے کہ وہ خود ان مقامات پر موجود ہو۔

اس مثال سے یہ بات بھی سامنے آ جاتی ہے کہ بزرگان دین یا کسی عام سے شخص کی کشف و کرامات کی صلاحیتوں پر کتنی چینی جائز نہیں کہ جب ہم جیسے یا مایا اور فانی انسان کراچی میں چٹھ کر نیو یارک شٹی میں ٹوئین ٹاور (Twin Towers) کی چابی لے دی کی شریات کے ذریعے براہ راست دیکھ سکتے ہیں تو کیا اللہ تعالیٰ جو کل بھی قدرے سچے کی ولی (یعنی دوست) کو دور دراز مقامات کی سیر کرانے سے قاصر ہو سکتا ہے۔ (نور فہادہ)

جنات کا ظلم الغیب:

ہم میں سے بہت سے کم علم اشخاص یہ سمجھتے ہیں کہ جنات ظلم الغیب دیکھتے ہیں ہرگز نہیں یہ بات بڑی گمراہی کی بات ہے۔ جیسا کہ سورۃ اسما آیت 14 سے ظاہر ہے۔
”پھر جب نازل کیا ہم نے سلیمان پر صوم (کا فیصل) تو پہنچ دیا ان جناب کو اس کی موت کا خبر دیکھنے جو کمار ہی تھی۔ اس کے عصا کو پھر جب وہ گر پڑے تب معلوم ہوا جنات کو اگر جانتے ہوتے وہ غیب کو جتنا جانتے ہوتے وہ ذلت کے عذاب میں“

اس آیت مبارکہ میں بیان کیا گیا ہے کہ جنات جو حضرت سلیمان علیہ السلام کے لیے کام کرتے تھے ان کے حکم سے کسی عمارت کی تعمیر کے کام میں مصروف تھے اور حضرت سلیمان علیہ السلام اپنے عصا سے ٹپک لگاتے ان کے کام کی نگرانی کر دیتے تھے۔ یہاں تک کہ وہ کھڑے کھڑے اپنے رب سے جاملے اور جنات ان کو زندہ سمجھتے ہوئے اپنے تخت کا مومن میں مشغول ہی رہے حتیٰ کہ اس بات کو ایک برس کا عرصہ بیت گیا اور حضرت سلیمان جس عصا سے ٹپک لگاتے ان جنات سے مشقت کا کام لے رہے تھے اسے دیکھنے چاہ لیا اور کھیلنے ہونے کے باعث وہ

ٹیلی پتھقی کا مفہوم

ٹیلی پتھقی کا لفظ یونانی زبان کے دو مختلف لفظوں کو پا ہم ملا کر بنایا گیا ہے ”ٹیلی“ سے مراد دور کی اشیاء اور پتھقی سے مراد کسی نوکوس کی کرنا ہے۔ اور دوسری اس کا نام اشتراق (To meat with) رکھا گیا ہے۔ اور اشتراق کا مطلب یہ بیان کیا گیا ہے۔ ایک قلب کا اثر دوسرے قلب پر بطور کسی مادی دینے کے تعلق پیدا کرنا یا ”تکلم روحانی“ کرنا ہے جس سے مراد یہ لی جاتی ہے کہ روحانی طور پر مادی اجسام سے بات چیت کرنا۔

چنانچہ ایسے تمام تجربت انگیز اور معجزہ واقعات کو جن میں دور افراد کے درمیان طویل فاصلے کے باوجود بغیر کسی مادی وسیلے کے رابطہ ہو جائے تو اسے ٹیلی پتھقی کا رابطہ کہا جاتا ہے جس سے یہ پتا چلتا ہے کہ ایک شخص کے ذہنی خیالات تاثرات اور کیفیات کا دوسرے شخص کے ذہن میں منتقل ہوا شامل ہے اور یہ سارا کام ہمارے ظاہری حواس شہادت نہیں دے سکتا۔ ایسا نام ہمارے خیالات کے تعلق ہمارے حواس کے ذریعہ ہوتا ہے اور اس سارے عمل میں انسان کا اور اک ہمارا حواس ہی مرکزی کردار ادا کرتا ہے۔

انتقال یعنی خیال کا ایک ذہن سے دوسرے ذہن تک بلا کسی مادی وسیلے کے منتقل ہوا ہی ٹیلی پتھقی کا حقیقی مقصد ہے اور اس مقصد کو پانے کے لیے انسانی ذہن کے اندرونی دواں دواں حسی حواس طبعی قوتوں کو ہمیز لگا دیا ہے۔

ہمارے ذہن اور جسم میں برقی طبعی توانائی (Electromagnet Energy) مسلسل منتقل ہوتی ہے اور اس برقی طبعی توانائی کا کنٹرول ہمارے خیالات کی وہ لہریں ہیں جو بجلی کے توانیہ رمر کی مانند بجلی کو جمع کر کے اسے مختلف سمتوں میں موڑ کر اس سے بے پناہ کام لیتی ہیں۔

اور خیالات کی لہریں ان پر اپنا مکمل کنٹرول نافذ کر کے اس سے منفیہ طلب کام لیتی ہیں اور یہ ٹیلی پتھقی کا حقیقی مقصد اور مفہوم ہے۔

ہمارے خیالات کی لہریں بھی روشنی اور مادہ کی لہروں کی طرح نہ صرف اپنا جسم رکھتی ہیں بلکہ ان کا رنگ بھی ہوتا ہے خیال اپنا انتخاب رنگ کی صورت میں کرتا ہے جو یہ انبیاں دیکھا رنگ انکر کسی خیال کا رنگ سفید ہے تو کائنات میں اس رنگ کے چٹنے بھی خیال بکھرے ہوئے ہیں ان سب میں ایک متون سا پیدا ہو جاتا ہے اور وہ فوراً نکجا ہونے لگتے ہیں بھول نامور ٹیلی پتھسٹ ڈاکٹر خازمان خازن!

جب انسان اپنے مدخوش و فرم ہوتا ہے تو اس کے دماغ سے سرت کی نیگلوں لہریں اس طرح نکلتی ہیں جیسے کسی برقی قلعے سے شعاعیں خارج ہوتی ہیں اور جہاں طرف اپنا احاطہ کر لیتی ہیں اور کائنات میں ازل سے بکھری ہوئی نیگلوں لہروں میں ایک پائل سی پیدا کر دیتی ہیں اور سب کی نظر ایک نقطہ پر جمع ہو جاتی ہیں اس وقت آپ کے ساتھ ہی دنیا میں چٹنے بھی انسانی دماغوں سے سرت کی نیگلوں لہریں خارج ہو رہی ہیں، ان سب کا ایک دوسرے کے ساتھ تعلق قائم ہو جاتا ہے اور پھر وہ تمام لہریں اس شادان و فرحان شخص کو بھی تاثر کرتی ہیں اور اس مجلس کا ہر شخص اپنے اندر ایک عجیب سی خوشی محسوس کرنے لگتا ہے سرت کی یہ نیگلوں لہریں پتھقی زیادہ قوی ہوتی ہیں اسی شدت کے ساتھ دوسروں پر اثر انداز ہوتی ہیں۔

اگر ان ہی عواقب میں اس مجلس کے کسی دوسرے شخص کے دماغ سے رنج و غم کی سرخی الاثر لہریں خارج ہو رہی ہوں اور وہ ان نیگلوں لہروں سے زیادہ طاقت ور ہوں تو وہ ان پر غلبہ حاصل کر لیتی ہیں اور اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ نہ صرف پوری مجلس ہی تنگن ہو جاتی ہے بلکہ تمام فضا پر غم کی کیفیت چھا جاتی ہے۔

خیالات ہمیشہ بہت تیزی سے اثر انداز ہوتے ہیں اور اپنا گہرا تاثر چھوڑتے ہیں، ان تاثرات کا اس وقت تک اثر غالب رہتا ہے جب تک یا تو خود ہمارا دماغ صاف ستھرے خیالات خارج نہ کرے یا دوسرے دماغوں سے ایسے خیالات کی طاقتور لہریں ان برے اور خراب خیالات کو کنٹرول نہ کر دیں۔

یہ بات ہمیشہ ہمیں نصیحت دے رہی ہے کہ کوئی خیال بے اہم جانے کے بعد بھر بھی جتنا نہیں تھا وہ ہمیشہ کسی نہ کسی شکل میں موجود رہتا ہے جبکہ ہر شخص کے خیالات کی فریکوئنسی جدا جدا ہوتی ہے اس کی مثال ریڈیائی نشریات ہیں جو مختلف فریکوئنسی پر اپنے اپنے پیمانے اور ذریعے نشر کرتے ہیں اور ان کو اس وقت تک نہیں سنا جا سکتا جب تک ریڈیو کو کسی مخصوص فریکوئنسی پر سیٹ نہ کیا جائے۔ چونکہ ہر شخص کی دماغی طاقت ایک دوسرے سے قدرے مختلف ہے اس لئے اس کے خیالات بھی دوسرے شخص سے قدرے مختلف ہی ہوتے ہیں جس کے بغیر اس کی شخصیت علیحدہ تسلیم نہیں کی جا سکتی۔

خلیہ بشقی کی تکنیک کو سمجھنا زیادہ مشکل بات نہیں ہے۔ یہ سراجیہ کی اعلیٰ کیفیت ہے اور اسی کے ذریعہ انتقال و افکار کا مکمل شروع ہوتا ہے اس کی مثال کچھ یوں ہے فرض کیجئے آپ کا بھائی امریکہ میں مقیم ہے وہ چونکہ آپ کا بھائی ہے اس لئے آپ اس کے نام اور محل سے غور و اہتمام ہیں۔

اب آپ پوری تیکسٹی اور توجہ اور انکار کے ساتھ اپنے اس بھائی کا تصور اپنے ذہن میں لائیں اور پھر اپنے خیالات کی لہروں کو ہر طرف سے آزاد کر کے صرف اسی طرف موڑ دیجئے یہ لہریں جتنی طاقتور ہوں گی اسی شدت کے ساتھ وہ آپ کے بھائی پر اثر انداز ہوں گی چنانچہ اس سے دل میں خود بخود آپ کا خیال پیدا ہوا جائے گا اس طرح آپ دونوں بھائیوں میں کوئی خیالی رابطہ ہو جائے گا اس کے ذہن میں آپ کا خیال جتنا زیادہ گہرا ہوتا جائے گا اسی طرح آپ جس جگہ بھی ہونگے آپ سے رابطہ ہو جائے گا اور اس وقت بھی کیفیت آپ کی یا اس کی ہوگی وہی کیفیت دوسری طرف بھی پیدا ہو جائے گی ایسی حالت میں آپ اپنی زبان سے جو بھی الفاظ نکالیں گے وہ آپ کے بھائی کے پاس امریکہ پہنچ جائیں گے یہ ضروری نہیں کہ آپ الفاظ اپنی زبان ہی سے نکالیں بلکہ اپنے دل کے اندر ہی اندر اسے پیغام دیں گے وہ پیغام اس کو مل جائے گا اور جو پیغام جواب میں دے گا وہ آپ کو مل جائے گا اس کے بعد جیسے ہی خیالات کی وہ طاقت دہریں اپنے نزع کی جا جائے گی آپ کو فوراً اپنے سراجیہ کی اس کیفیت سے پیدا ہو جائیں گے۔

ادراک سے مراد کسی خاص نقطہ کی طرف شعور کا وہ مسلسل بہاؤ ہے جو اپنی تمام توجہ کسی ایک

مرکز پر مرکوز کر دے اور یہ کام انسان کے ظاہری حواس خشک نہیں ہے بلکہ کسی بلند تر روحانی ذریعہ سے حاصل ہوتا ہے ادراک کا یہ عمل صدیوں پرانا ہے پرانے ہی روحانی مساجل اولیائے کرام وغیرہ کسی ایک شے پر اپنی توجہ اور نظر کو بھرا کر اپنے اوپر خود تخیلی طاری (Hypnoses) (self) کر لیتے تھے جس سے انکا دماغی شعور (Sensory perception Extra) حرکت میں آ جاتا ہے اس طرح رفتہ رفتہ وہ اپنی نظر اور توجہ ایک جگہ پر یکساں کر لیتے جس سے عملی شعور کی رو معطل ہو کر محض ہوا جاتی اور لا شعور کی کاروائی شروع ہو جاتی اس طرح لا شعور کے مرکز سے خیالات کی غیر مرئی حتمی طاقت کا اخراج شروع ہو جاتا اور انکا شعور کامل یا شعور برتر مل جاتا جس کی بدولت ان کے ہاتھوں عجوات کرامات اور کھرے وغیرہ ظہور میں آتے اور لوگ حیران رہ جاتے۔ یہ وقوت ہے جس کو جدید سائنس میں خلیہ بشقی سے موسوم کیا گیا ہے۔

توجہ اور اس کی قوت:

آپ نے کسی صحافی افسانہ نگار یا شاعر کو ضرور دیکھا ہوگا اگر نہیں تو کبھی اسے دیکھنے کی کوشش کیجئے قلم اس کے ہاتھ میں ہوگا سانسے بیڑ پر ایک سادہ سا قدر نما ہوگا خود اس کا جسم بالکل بے حس و حرکت ہوگا۔ آنکھیں غلام میں کسی سو ہو م نقطہ پر جمی ہوئی ہوں گی ہو سکتا ہے آپ کو اس کی یہ کیفیت ایک آنکھ نہ بھائے یا آپ اسے اپنے طور پر فصیح قرار دیں لیکن آپ کو شاید یہ علم نہیں ہوگا کہ اس وقت اس کے تحت اشعار میں کیسا طوفانی طغام پیدا ہوا ہے یہ خیالات کا ایک عجز دار خفا نہیں مار رہا ہے اور انھوں نے اس کے ذہن کو تودہ والا کر رکھا ہے۔

استغراق بقوت، ذہنی یکسوئی توجہ، یہ سب ایک ہی شے کے مختلف نام ہیں جب تک کسی شخص کو اس چیز پر پوری طرح دھڑس حاصل نہ ہو وہ کوئی بڑا کارنامہ سر انجام نہیں دے سکتا جب تک آپ کی دماغی قوتیں منتشر ہیں آپ سے کچھ بھی نہیں ہو سکتا۔ کبھی بھی ایک وقت میں دو یا تین مختلف کام نہیں کر سکتے اگر کبھی ایسا کرنے کی کوشش کریں گے تو وہ سب کے سب بکھر جائیں گے اس کی مثال کچھ یوں ہے کہ آپ نہ بیک وقت قلم دیکھ سکتے ہیں اور نہ ہی دماغی سے سوال حل کر سکتے ہیں جب تک ہماری توجہ مختلف حصوں میں تقسیم رہے گی ہم سے کچھ بھی نہیں ہو سکے گا اس دنیا

میں ناکام لوگ وہی ہیں جو اپنے اندر یکسوئی اور توجہ پیدا نہیں کر سکے اور وہی ذاتی انتشار کی بناء پر وہ کچھ سوچ سکتے ہیں اور وہی یکسوئی کے ساتھ کام کر سکتے ہیں۔

ہمارے دماغ کی کیفیت کسی اخباری دفتر سے ملتی جلتی ہے جہاں ٹیلی گرام پر ہر وقت طرح طرح کی خبریں آتی رہتی ہیں ہمارے جسم کا ہریڈ (اعصاب) دماغ سے ہر وقت رابطہ قائم کیے رہتا ہے ناک کان آنکھ ہر عضو اپنا تاثر دماغ تک پہنچاتا رہتا ہے اور پھر ہمارا شعور ان تمام پیغامات کو وصول کرنے کے بعد اپنے طور پر انکا تجزیہ کر کے کانٹ چھانٹ کرتا ہے اور اہم فیصلے کرتا ہے۔

ہمارے شعور کی سرگرمیاں بہت وسیع اور متنوع ہیں اسے کسی بڑے دلال کا دفتر سمجھ لیجئے جہاں ساری دنیا کی منڈیوں سے بازار کے آثار چھاؤں کی ہر چیز دم بدم جلی آ رہی ہیں ٹیلی فون کی گھنٹیاں بج رہی ہیں مختلف اطراف سے ٹیلی گرام کیے بعد دیگرے چلے آ رہے ہیں اور کسی کو بھی سرفغانے کی فرصت نہیں ہے لیکن اگر اس دفتر کا عملہ اپنے اپنے کاموں میں مصروف ہونے کی بجائے کسی حسین و جمیل ایکڑ میں گئے ہمارے میں سوچنا شروع کر دے تو کیا کوئی کام باقاعدگی سے ہو سکتا ہے۔ ہرگز نہیں۔

ایسی صورت میں وہاں مختلف کاموں کا ڈھیر لگ جائے گا اور سارا کاروبار چھوٹ ہو جائے گا اس طرح ہمارا شعور بھی اپنے فرائض سے کبھی غافل نہیں رہتا جس کام میں وہ مصروف ہے پوری محنت کے ساتھ اس میں فرق ہے چنانچہ آپ جس مقصد کی بھی تکمیل کا ارادہ رکھتے ہیں اس کے لیے آپ خود کو پوری طرح اس میں مرقی کر لیں اگر آپ نے واقعی اپنے طور پر خلیٰ بیتی کی مشقیں کر کے اس فن میں ملکہ حاصل کرنے کا حقیقی فیصلہ اور پختہ ارادہ کر لیا ہے تو پھر آپ کو سب سے پہلے چند مخصوص مشقیں کامل توجہ اور پوری یکسوئی حاصل کرنے کے لیے کرنی پڑیں گی کیونکہ اور ایک ماورائے احساس کی تمام مشقوں میں کامل توجہ کو سب پر فعلیت حاصل ہے۔

یاد رکھیں جب تک ہمارا دماغ انتشار میں مبتلا رہتا ہے ہم اپنا کام کوئی بھی تسلی بخش طور پر انجام نہیں دے سکتے ایسی حالت میں اعصاب میں اتھری پیدا ہو جاتی ہے۔ ناک، کان، آنکھ اور دوسرے تمام اعضا ماپنے و ٹھانکے صحیح طور پر انجام نہیں دے سکتے جب ذہن میں انتشار موجود ہوتا

ہے تو وہ ان کے پیغامات بخوبی اور ہر وقت وصول نہیں کر پاتا ناک کچھ سمجھتی ہے لیکن اس صورت میں دماغ کوئی فیصلہ نہیں کر سکتا کہ وہ بد ہے یا خوشبو، کان کچھ سنتے ہیں لیکن وہ انہیں فوراً بھلا دیتا ہے آنکھ کوئی متحرک سمجھتی ہے لیکن دماغ اس سے مطلق متاثر نہیں ہوتا غرضیکہ ہمیں اپنی زندگی میں پوری طرح لطف اٹھانے کے لیے یہ نہایت ضروری ہے کہ ہم اپنے طور پر ذاتی یکسوئی پیدا کریں۔

ذاتی یکسوئی اور توجہ میں مرکزیت پیدا کرنے کے لیے مختلف قسم کی مشقوں کی ضرورت پیش آتی ہے جن میں سرفہرست شمع جینی ہے۔ ان سے نہ صرف عضلات، مساکت و صامت ہوتے ہیں بلکہ ہمارے جسمی نظام میں بھی بڑی حد تک اعتدال پیدا ہو جاتا ہے اور ہمارے احساسات نہایت لطیف ہو جاتے ہیں اور خود امدادی میں اضافہ ہوتا ہے۔

جو لوگ خود امدادی اور ذاتی یکسوئی کے جوہر سے محروم ہوتے ہیں ان کے خیالات ہر چار سو ملٹے رہتے ہیں لیکن جن لوگوں نے مسلسل شمع اور پراخت سے ان پر کالپا کر اس جوہر تابیاب کو حاصل کر لیا ہوتا ہے تو ان میں ایک مرکزیت پیدا ہو کر خیالات کا ادھر ادھر بھٹکانا بند ہو جاتا ہے اور اہل قوتوں میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اور انسان اپنے اندر ایک عجیب قسم کی تبدیلی محسوس کرتا ہے۔

☆☆☆☆.....

باب نمبر 7:

انسانی دماغ کی ساخت

انسانی دماغ:

جسم انسانی کا وہ سب سے اہم حصہ یا آلہ جو ذہن کہلاتا ہے اس کا اصل مقام ہمارے سر یا کھوپڑی کے اندر ہے جو سخت پٹریوں کا ایک خول ہے جب دماغ میں کسی مرض یا ضرب کی وجہ سے کوئی نقص یا تھوڑا پید ہوا جاتا ہے تو اس میں اختلال پیدا ہونے لگتا ہے۔ جو کچھ اس طرح سے ہے۔

ریاضت ذہنی کرنے سے دماغ کی حرارت مزید بڑھ جاتی ہے اور جب ہم اپنی سانس بالکل روک لیتے ہیں تو وہ گھٹ جاتی ہے۔

فاسد اجزاء ذہنی ریاضت کے بعد چھٹاپ کے راستے سے خارج ہوتے ہیں ان میں فاسفورس ایک اہم جزو ہے جس سے ہمارا دماغ یا مغز بنا ہوا ہے۔

اگر دماغ میں دوران خون اعتدال کے ساتھ جاری رہے تو قوائے ذہنی بھی صحیح حالت میں رہتے ہیں اگر اس میں کمی کی یا بیشی ہو جائے تو انسان کے حواس بھی خراب ہو کر رہ جاتے ہیں اگر طرح طرح کی وہ بے ہوش ہو جاتا ہے اور کبھی ہڈیاں پکھنے لگتا ہے۔

مغز کا وزن اور اس کی بلندی اس کی جسمانی اصطلاح میں متعلق کہا جاتا ہے جس شخص میں جسمی قدر زیادہ ہوتی ہے اس قدر اس کی ذہنی قوت بڑھی ہوئی ہوتی ہے اور جسمانی ان میں کمی ہوتی ہے اس قدر وہ جسمی و شعوری پست ہوتا ہے۔

اعمال جراحی کے ذریعہ جب دماغ کے بعض اجزاء نکال لیے جاتے ہیں تو کو انسان ذہن رہتا ہے مگر اس کے قوائے ذہنی بالکل خراب جاتے ہیں واضح رہے کہ یہ صورت حال صرف دماغ کے ساتھ پیدا ہوتی ہے دوسرے جسمانی اعضاء کے ساتھ نہیں۔

انسانی دماغ بذات خود ایک نہایت پیچیدہ مرکب اور عضو ہے یہ متعدد حصوں میں منقسم ہے اور ہر حصے کا وظیفہ مختلف ہے وزن جسمانی نیز نفسیاتی اہیت کے لحاظ سے دماغ کا جزو اعظم رخ (Cere Brun) ہے یہ جوف دماغ کے اگلے اور درمیانی حصوں میں موجود ہوتا ہے اس کی شکل بیضی ہے اس کی سطح سامنے کی بہ نسبت پیچھے کی طرف چوڑی اور صاف ہوتی ہے۔

یہ طول میں دو نصف دائروں کی شکل میں منقسم ہوتا ہے جو اس کے دائیں بائیں کے ٹکڑے کہلاتے ہیں اور ان کو ایک موٹی جھلی چاروں طرف سے ڈھکنے والی ہے رخ کی سطح غیر ہمارا اور عقب و دفرائے سے مجرور ہوتی ہے اس کی بلندی اس متعلق کہلاتی ہیں اس مغز کے بیرونی حصے میں خاکستری رنگ کا مادہ ہوتا ہے اور اندرونی حصے میں سفید رنگ کا مادہ ہوتا ہے۔

اعمال شعوری کا تمام تر تعلق رخ سے ہوتا ہے اگر رخ کو کا سر سے باہر نکال لیا جائے تو کو انسان ذہنہ طور پر ہوتا ہے بدستور سانس لیتا ہے اور کام کرتا ہے لیکن اس کی زندگی بے جان مشین کی مانند ہو جاتی ہے تمام علامات شعور (ذوق ارادہ اور احساس) مفقود ہو جاتی ہیں تمام انسانی مغز میں کوئی دس ارب سے زیادہ خلیے موجود ہوتے ہیں۔

سرخ یا چھوٹا دماغ (Ceri Berium):

رخ سے متصل اور اس سے کسی قدر نیچے بنا ہوا کھوپڑی کے پچھلے حصہ میں مغز کا جو حصہ ہوتا ہے وہ رخ کہلاتا ہے یہ گولگی کی ہڈی کے جوف میں ایک ٹی کے ذریعہ سے ملا ہوا ہوتا ہے اس کی ترکیب میں باہری مادہ خاکستری اور اندری مادہ سفید ہوتا ہے اس کی سطح پر گھسلیاں یا قشیب و دفرائے لکھیں ہوتے بلکہ ڈیڑی تہی لکیریں اور دائرے سے بنے ہوئے ہوتے ہیں انکے چاروں طرف کل دماغ کا ٹکڑا ایک بناسات اور پیلا ڈھولاج اور پونچھ کے درمیان ہوتا ہے اور ان کے رخ کا وزن ان کے رخ کے تناسب سے بہتابلد مردوں کے زیادہ ہوتا ہے۔

اس کا خاص وظیفہ حرکات ارادی میں تعلیم و تربیل پر اثر کرتا پلنے پھرنے موڑنے تیرنے ناچنے اور ورزش کرنے میں تمام تر متعلق حرکات اور ان میں ترتیب پیدا کرتا ہے اگر یہ حصہ کا سر سے باہر لگایا جائے تو انسان ذہنہ رہنے کے باوجود لڑکھڑا کر پلنے پھرنے کھلے اور چھ پاؤں کی مانند

پلے پر مجبور ہو جاتا ہے۔

نخاع (Spind Gord):

دماغ کا تیسرا حصہ نخاع مستطیل ہے اس کا طول ڈیڑھ انچ ہوتا ہے یہ تیج سے بھی نیچے ہونے کے باعث دماغ کو حرام مغز سے ملاتا ہے یہ ہمارے جسمانی اعصاب کا ایک ذریعہ دست مرکز ہونے کے باعث جتنے حیات کے لیے لازمی ہے اس کی بناوٹ تیج اور تیج کے بالکل الٹ ہوتی ہے۔

اس کے وظائف میں حرکت قلب، تحریک ہضم، تحس اور اس طرح کے دوسرے اعمال تری آتے ہیں اور اس کے نکال دینے سے انسان فوری ہلاک ہو جاتا ہے کیونکہ حرکت قلب تحس۔ دوران خون اور عضو کا کام بھی رک جاتا ہے۔

فرولیوس (Pharuluse):

دماغ کا چوتھا حصہ جو دماغ کے باقی حصوں کو باہم ملا کر ان کا رابطہ حرام مغز سے جوڑتا ہے اس کے پلے عموماً سفید رنگ کے ہوتے ہیں جو خفا کسری مارے کے ساتھ گھلے رہتے ہیں ان میں بعض آؤسے اور بعض عمودی ہوتے ہیں یہ دماغ کا ایک انتہائی پراسرار حصہ ہے۔

مغز کا پورا دماغ تہہ تہہ غلافوں سے ڈھکا رہتا ہے سب سے اوپر والا غلاف جو دبیز اور سخت ہوتا ہے غشاء ملب کہلاتا ہے یہ غلاف کوہ پڑی کی ہڈیوں کی اندرونی سطح کو استرا کرتا ہے اور گردی کی ہڈیوں کے سوراٹکے برابر ہی نخاع کے بالائی غلاف سے ملتا رہتا ہے اس پردہ کی ایک شاخ بیڑے دماغ کے دونوں نصف گروں کے درمیان اور تیسری شاخ بیڑے اور چھوٹے دماغ کے درمیان ہوتی ہے۔

غشائے غشکیہ:

مغز کا دوسرا غلاف غشائے غشکیہ کہلاتا ہے یہ نازک اور کڑی کے جانے کی طرح ہوتا ہے یہ غلاف دماغ کے اوپر کی جانب پتلا اور خفاف لیکن دماغ کے چھلے سے پروتا اور دھندلا ہوتا ہے اس پردے اور اس کے چھلے والے پردے کے درمیان دو مقامات پر کچھ قاصر ہوتا ہے جس کے

درمیان ایک خفافہ رقیق رطوبت بھری رقی ہے جو دماغ کو گڑا اور صدمہ سے محفوظ رکھتی ہے۔

خشائے لین:

مغز کا تیسرا حصہ خفافہ جو دماغ کے خلیب و فرا کو استرا کرتا ہے چونکہ اس میں خون کی رگوں کا جال ہوتا ہے جس سے دماغی پردہ ہوتی ہے اس لئے اسے ام الدماغ بھی کہا جاتا ہے۔

حرام مغز:

نخاع مستطیل حرام مغز کہلاتا ہے اس کا کام نشر و اشاعت اور احکامات جاری کرنا ہے اعصاب اور دماغ کا کل حصہ حرام مغز پر مشتمل ہوتا ہے اعصاب اور دماغ کے ہر حصے کے تعلقات کو حرام مغز ہی قائم کرتا ہے افعال اتری اور افعال اختیاری یا اعصابی سب کام پر چلتا ہے اس کا تعلق انسانی ریڑھ کی ہڈی سے ہوتا ہے اور اس کے بعض حصے ریڑھ کی ہڈی کی گہرائی میں اتر جاتے ہیں ریڑھ کی ہڈی ہی تمام عقلی قوتوں اور علوم کا مدفن ہے۔

نخ دماغ کا شعوری، نخ لا شعوری یا شعور عقلی اور تیسرے دماغ کو شعور مطلق کہا جاتا ہے۔

اعصابی نظام (Nervous system):

ہمارے جسم میں سر سے لے کر پاؤں تک جو رگوں کا جال پھیلا ہوا ہے اس کا دوسرا نام اعصاب ہے یہ اعصاب سفید رنگ کے نہایت پارک دھانگوں یا تاروں کی طرح ہوتے ہیں یہ مراکز جسمی سے نکل کر جسم کے ہر حصے میں پھیلے ہوتے ہیں اور پہلی ہڈی کی خبریں دماغ کو بھیجے ہیں ان کی مصروفیت برابر نہیں سمجھنے جاری رہتی ہے بعض اعصاب دماغی اور بعض اعصاب نخاعی کہلاتے ہیں موزن لکڑا عصاب ریڑھ جوڑوں سے دائیں بائیں دونوں طرف نکلے ہیں اعصاب کی ترکیب مادہ جسمی کہلاتا ہے۔

اعصاب افعال کے لحاظ سے دو قسم پر مشتمل ہیں۔

۱۔ اعصاب حسیہ:

ہر حصہ جسم کے تاثرات و افعال کی اطلاع اپنے مرکزوں تک پہنچاتے رہتے ہیں۔

اعصاب محرک:

مراکز جسمی کے احکام کے مطابق ہی عضلات جسم کو حرکت دیتے ہیں اور مرکزی تحریکات کو اطراف و جوانب تک لاتے ہیں۔

اعصاب کے انفعال میں اعصاب حیہ میں ایک ارتعاش پیدا ہوتا ہے جو صدر مرکز سے نکلتا ہے تو وہاں سے فوراً اس کا رد عمل شروع ہو جاتا ہے۔

انسان ہتائے حیات کے لیے اعصاب کا کس درجہ محتاج ہے اس کا انداز صرف اس بات سے لگا سکتے ہیں مگر اعصاب نہ ہوتے تو ایک جسم دوسرے جسم کی تکلیف سے بالکل بے خبر ہوتا ہمارے جسم کے مختلف حصوں میں جو رابطہ موجود ہے وہ ان اعصاب ہی کی وجہ سے ہے۔

خود رجعتی نظام:

اعصاب کا ایک اور خود کار نظام بھی موجود ہے جس کا کام دوران خون مجلس حرکات قلب اور معدے کے افعال کو خود بخود جاری رکھنا ہے یہ تمام افعال بیلے ایکس سے موت تک جاری و ساری رہتے ہیں تقسیم کے لحاظ سے مرکزی اعصابی نظام شعور اور خود کار جسمی نظام لاشعور کے تحت ہوتا ہے مرکزی نظام مسلسل و استقلال جبکہ خود کار جسمی نظام جذبات و حسیات کا نظام ہے۔

انتقال الذکر کی مشقوں میں اعصاب کی درنگی بے مشقتیں ہے بعد مفید بات ہوتی ہیں اس کے لیے تباہی ملز بعض کے ذریعہ تمام اعصابی نظام اور دماغ کے ہر ایک رینٹوں کو بھی سکون بہم پہنچ کر قوت توجہ کو بڑھاتا ہے۔

لا شعور کے حدود:

دماغ کے لاشعوری حصے میں دو پراسرار حدود واقع ہیں۔

(1) یک نیزی یا بلشویک غدہ (2) بلیٹل یا صنوبری غدہ

اُردن دونوں حدود کی قوتوں میں ریاضت اور جدوجہد کے ذریعے مناسب اضافہ کر دیا جائے تو انسان حیرت انگیز طاقتوں کا مالک بن جاتا ہے کیونکہ تمام لاشعوری قوتوں کا مرکز یکجا ہوا غدہ ہے۔

مخبر بینی کی مشقوں کے ذریعے غدہ بلشویک متحرک ہوتا ہے اور حامل پریم خرابی کی کیفیت طاری ہونے لگتی ہے جوں جوں غدہ بلشویک کا عمل تیز ہوتا جاتا ہے غدہ صنوبری اپنا کام شروع کر دیتا ہے کیونکہ یہ مرکز شعور کا مرکز ہے اس طرح غدہ صنوبری کی دو تین حرکتیں میں آ جاتی ہیں ہزاروں دکان کی حدود سے آزاد ہو جاتا ہے۔

اس طرح حامل عام انسانوں میں بلند ہونے لگتا ہے اور بعض کے مطابق شعور کی سطح پر شعوراتی نظام ختم لینے لگتا ہے اس کی مثال ریڈار بھی ہے جو دور واز کی اشیاء کو لہروں کے ذریعہ محسوس کر کے ٹیلا وچن اسکرین پر افلاکس نمایاں کرتا ہے یا درجیوں کے غدہ بلشویک کا تعلق کشف سے ہے غدہ صنوبری کا تعلق انعام سے ہے غدہ بلشویک تصادیر پیش کرتا ہے اور غدہ صنوبری خیالات کو وصول کرنے اور پیچھے کا کام انجام دیتا ہے اس طرح جسم کے دیگر غدہ میں درجہ کا کام جسمانی شعبہ بے جسم کو برادر رکھتا ہے۔

سائنس کی مشقوں سے تمام جسمانی و دماغی کارکردگی میں اضافہ ہو کر اعصاب میں سکون رہ دوسرے فوائد حاصل ہوتے ہیں ماورائی سائنس کی بنیاد صرف دماغ ہی ہی قائم ہے ہر فن اسی سے جنم لیتا ہے اور شروع میں تمام فنون کے لیے یکساں مشقیں کی جاتی ہیں آگے جا کر ان کے ساتے الگ ہو جاتے ہیں اور ہر شخص میں کامیابی کی ضرورت ہو اس کی خاص مشقوں سے کام لیا جاتا ہے۔

ذہن کی حالتیں:

ماہرین نے ان حواس کے مرکز کے لیے انسانی ذہن کو تین حالتوں میں تقسیم کیا ہے جو کہ (1) شعور (2) تحت شعور (3) لاشعور ہیں ان پر مختصر ترین روشنی ڈالی جاتی ہے تاکہ ان کی کارکردگی سے واقفیت ہو سکے جس کا ایک ماہر بلشویک مشقی بننے کے لیے جاننا بے حد ضروری ہے۔

شعور:

شعور انسانی ذہن کے اندر محرک اطلاعات و تحریکات کی حیثیت رکھتا ہے یہ ہمارے ذہن کی لہر والی تہ ہے پر مشتمل ہے اس کا کام ہر لمحہ ہونے والے واقعات و حالات سے باخبر رکھنا ہے جس

چونکہ اور ہوشیار رکھنا اس کا فرض اور نین ہے یہ ہمارے ذہن کا جاسوس یا نگر ہے آپ اسے دشمنی رکھنا اور بھی کہہ سکتے ہیں یہ ہر لمحہ ہونے والی ہر بات اور ہر واقعہ میں محسوس کروانا رہتا ہے اور اسی کی بدولت ہم پوری طرح باخبر رہتے ہیں شعور صرف دو حالتوں میں کام نہیں کرتا۔

(۱) جب ہم سو جاتے ہیں (۲) یا ہم سمن سے کوئی شخص پاگل ہو جائے۔

تحت اشعور:

ہمارے ذہن کی دوسری تہہ کا نام تحت اشعور ہے ایسے حالات و واقعات جن سے ہم معمولی طور پر متاثر ہوتے ہوں تحت اشعور نیکارڈ کر لیتا ہے جن واقعات سے ہم متاثر ہو چکے ہوں انہیں محفوظ رکھنے کے بعد اگر کوئی تاثراتی حصے کا ٹکڑا چھانٹ کر کے لا شعور کے حوالے کرتا ہے اور بقیہ حصے اپنی یادداشت سے نکل کر کے خارج ہو جاتا ہے۔

تحت اشعور ہماری (Memory) کار نیکارڈ کیمبر ہوتا ہے اس لئے گزرے ہوئے واقعات کو اس سے حاصل کر کے ہمارا شعور انہیں اُجا کر کرتا ہے یہ بہت اہتمام پرانے واقعات کا ریکارڈ حاصل کرنے کے لیے یہ ہمارے لا شعور کی راہنمائی کرتا ہے جس سے وہ لا شعور سے شعور کی دنیا میں آ جاتے ہیں اس کے حصول کا ذریعہ چنانچہ غور اور نعلی جیسی ہیں۔

لا شعور:

شعور کے بعد لا شعور انسانی زندگی میں نہایت اہم کردار ادا کرتا ہے یہ ہماری تمام حیوانی جبلتوں کو کنٹرول کرتا ہے ایسے تمام کام جو ہم عادتاً کرتے ہیں ان کاموں کی تمام تر ذمہ داری لا شعور پر عائد ہوتی ہے یہ انسانی ذہن کا تیسرا حصہ اور شعور تکبر ہوتا ہے جہاں تحت اشعور سے آمد و ریکارڈ محفوظ کرتا ہے خواہ وہ اہم واقعات و حالات انسانی زندگی کے کسی بھی حصے سے ہی کیوں نہ وابستہ ہوں۔

جدید تحقیق کے مطابق ایک برس کی عمر سے لا شعور ایسے تمام واقعات کو ریکارڈ کرنا شروع کر دیتا ہے جس سے وہ مگر بے طور پر متاثر ہوگا

لا شعور انسانی زندگی کے لیے قدرت کا ایک عظیم انعام اور باعث رحمت ہے مگر جہاں

انسان کے لیے بے شمار آسانیاں فراہم کرتا ہے وہاں کسی بھی وبال جان اور باعث زحمت بن جاتا ہے اگر تعجب (غمیر) مضبوط ہو تو اس کی کڑی نگرانی کی جاتی ہے جس کی وجہ سے اسے غمزہ جی عمل کا موقع نہیں ملتا۔

خوابوں کا تعلق بھی ہمارے لا شعور سے ہی ہوتا ہے۔

بقول ڈاکٹر سنگھ فرزند:

خواب ہمارے لا شعور میں دہلی ہوئی ان خواہشات کا مظہر ہوتے ہیں جو مذہبی، اخلاقی، عمرانی اور دیگر پابندیوں کے باعث پوری نہیں ہو سکتیں چونکہ وہ ختم نہیں ہو جاتیں اس لئے دہلی لائیں مجبور کرتی ہیں کہ انہیں لا شعور میں دبا دیا جائے یہاں ان خواہشات کی نوعیت اس لاد کے سی ہوتی ہے جو زمین کے نیچے دبا پڑا اور جب کسی بھی اسے موقع ملتا ہے یہ بھوت نکلتا ہے اور لا شعوری خواہشات ہمیشہ اس تاک میں رہتی ہیں کہ شعوری قوتیں مکرور ہوں اور انہیں موقع ملے کہ شعور میں داخل ہو کر تسکین حاصل کریں چونکہ دن کے وقت ایسا ہونا ممکن نہیں ہوتا کیونکہ شعور بے اثر ہونے کے باعث اس کی کڑی نگرانی کرتا رہتا ہے لیکن جب دات کے وقت لا شعور سو جاتا ہے تو تعجب قائل ہو جاتا ہے تو لا شعوری خواہشات کو موقع مل جاتا ہے کہ وہ شعور پر شب خون ماریں اور اس طرح اپنی تسکین کریں چونکہ لا شعوری خواہشات کو یہ خطرہ لاحق رہتا ہے کہ انہیں تعجب (غمیر) چونک نہ جائے اس طرح وہ علامات کی صورت میں شعور میں آتی ہیں خواہشات کے اس طرح روپ بدلنے کو خوابی اشارت کہا جاتا ہے۔

ہمارا شعور چونکہ سابقہ تجربات کے زیر اثر کام کرتا ہے اس لئے کسی بھی شے کا نام لینے اور تصور کرنے سے اس شے کا شعور شعور کے پردے پر ابھرتا ہے لیکن اگر کسی ایسی شے کا نام لیا جائے جس کی تصویر یا شکل قبل ازیں ہمارے ذہن میں بالکل نہ ہو تو وہ نہیں ابھرتی اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کا شعور اسی صورت میں کوئی صحیح نقشہ پیش کر سکتا ہے جو اس کے تجربہ میں پہلے سے ملتا ہو۔ لیکن اس کی کارفرمائی جہالت کی بنیادوں پر ہوتی ہے۔

جب شعور کسی وجہ سے اپنا کام کرتے کرتے تھک کر بار جاتا ہے تو دوسرے بینٹ پاؤں سے کچھ

انسانی طلب کرتا ہے اگر دوست ہوتا ہے تو بھڑاپ کا لاشعور احساسی نظام سے کچھ ہرتی نہیں طلب کرتا ہے لیکن جب اسے کہیں بھی کوئی لداؤ نہیں ملتی تو آپ کے اس پورے لاشعوری نظام میں غفل واقع ہوجاتا ہے اور ایک انسان پاگل ہوکر اول قول کیجئے گلتا ہے یہی وجہ ہے لاشعور میں جہالت کا ذاتی سرشت کا دیاور غصے کے انہی پیچھے پھنکارے رہتے ہیں انسان اپنی انا کے تحت خود کو سب کچھ سمجھ گتتا ہے جیجی وہ خدا کی دھڑکی کرتا ہے اور کسی بیٹھری کے لئے خود کو نامزد کردہ جہالت انسان کی "انا" کو اگر کوئی قوت اپنے قابو میں رکھ سکتی ہے تو بس وہ اس کا خمیر یا احتساب ہے۔ جہالت انا اور خمیر کا آپس میں چلی دامن کا ساتھ ہے اور وہ ایک دوسرے سے ایک دوسرے میں بکڑے ہوئے ہیں انا (پس خود) کو نہیں گتے ہی جہالت جنم لیتی ہے۔ خمیر (منسرا پورا) کنٹرول کرتا ہے۔ اور جب جبلی جہالت کے تحت "انا" ابھرتی ہے۔ تو اس وقت خمیر ہی روک تمام کرتا ہے۔

موجودہ مہذب دنیا مطلق، مبالغہ، تہذیب، عزت، شرم، ہوجیا، معاشرت، احترام اور لحاظ اور سب نے جتنے بھی اخلاقی اصولوں کو ختم دیا ہے۔ خمیر کا انقلاب ان سب کو ختم کرتا ہے انسان کے نفس میں اچھائی اور برائی کا پہلو فطری طور پر موجود ہے ہمارا نفس فوراً یہ شاشت کرتا ہے اس لئے ابھی با بری کا فوراً اور اک ہوجاتا ہے۔ انسانی جہالت کا ایک وظیفہ نفسی تسکین ہے یہ شوائبی جذبہ کی اپنی تسکین چاہتا ہے جس افراد کا خمیر کمزور ہوتا ہے وہ اپنے نفسی جہالت کی تسکین کے لیے ہر جائز یا ناجائز راست اختیار سکتے ہیں اور ان میں شوائبی خصوصیات پیدا ہوجاتی ہیں۔

ہمیں اپنی قوت احتساب یا خمیر کو کسی زیادہ کمزور نہ ہونے دینا چاہیے بلکہ اسے مزید تقویت پہنچانی چاہیے اگر یہ طاقت کمزور ہوگئی تو انا اور جہالت کی قوتیں آپ کے جسم اور نفس دونوں غالب آ جائیں گی۔

ہماری حیوانی جہالت کے تانے بانوں میں تمن جزی یہ شامل ہیں۔

(1) جہالت (2) انا (3) خمیر

جہالت کے دو خاص افعال ہیں (i) نفس کی تسکین یا نارفیکس ل (ii) جسم کی پرورش

کھانا پینا اور سونا وغیرہ۔

جب کبھی "جہالت" کے ان دونوں افعال میں سے کسی ایک میں بھی کسی جسم کی رکاوٹ پیدا ہوتی ہے تو جہالت میں خود بخود غور ہوتا آجاتی ہے اگر آپ کسی بھوکے شخص کے ہاتھ سے روٹی چھین لیں تو وہ اس کی خاطر لڑنے مرنے پر آمادہ ہوجائے گا اور اس کی راہ میں جو بھی رکاوٹ پیدا ہوگی اسے ہر ممکن طریقے سے دور کر دے گا۔

"انا" صرف ایک شے کو مقدم رکھتی ہے اور وہ ہے "میں خود" یعنی زہد ہونے کا حق "لذت حاصل کرنے کا حق اور دوسروں پر برتری کا حق انا کا مسلط ہی ہے یہ کہ جس خود میرا ذاتی وجود میری شخصیت میری زندگی میری قوت مرا نفس میرا جسم مختصراً یہ ہے کہ اس ایک میں" کے لاکھوں مظہر ہیں۔

"انا" یا "میں" کا احساس حیوانی جہالت کی سطح پر قائم ہے اور آ بادا چاہے اور شہ میں ملی ہے "انا" اور جہالت کا آپس میں ایک دوسرے سے گہرا تعلق ہے یہ دونوں مل کر خمیر کے خلاف ہمیشہ سر بھڑکارتے ہیں انسان اندرونی طور پر دو میدان جنگوں میں معروف پیکار ہوتا ہے ایک میدان عقلی دنیا کا جو ہمارے جسم سے باہر موجود ہے اور جس میں ہم زندہ رہنے کے لیے جدوجہد کرتے ہیں اور دوسروں کے مقابلے میں زیادہ سے زیادہ کامیاب ہونا چاہتے ہیں۔ دوسروں پر حکمرانی کرنے کے خواہش مند رہتے ہیں انسان کی ہر قسم کی جدوجہد بھی ایک لہر کے لیے بھی ختم نہیں ہوتی۔

دوسرا میدان نفسی دنیا ہے یہ نفس اور خمیر کا میدان ہے یہاں ہمیشہ نفس اور خمیر کی کشش جاری رہتی ہے جس انسان کی موت ہی ان دونوں لڑائیوں کا خاتمہ کر سکتی ہے۔

ہر دینی میدان میں کاساپانی حاصل کرنا آسان نہیں ہے لیکن ہم کچھ جدوجہد کے بعد کسی حد تک کاساپانی حاصل کر لیتے ہیں اگرنا کامی بھی ہوجاتے ہیں تو ہماری روح مجسم محفوظ رہتا ہے لیکن اندرونی جنگ میں اگر ہمارا خمیر ایک فریق کی حیثیت سے ہار جاتا ہے تو ہماری پوری شخصیت تہو بالا ہوجاتی ہے۔

اندرونی جنگ میں نفس خمیر شعور لاشعور محسوس و جذبات روح اور ناس کے کشش میں حتی

طاقتوں کو زیر کر کے شہت قوت کو کامران بنانا بہت مشکل کام ہے ان کائنات کے اسرار اور حالات اور انہما نے ماحول میں انسان کا اپنی زندگی کو برقرار رکھنا دیکھنا کوئی آسان اور معمولی کام نہیں ہے بلکہ یہ ایک طویل و شدید لڑائی اور بے پناہ جدوجہد کی حیثیت رکھتا ہے ہم اپنے شعور کی سطح پر جن مہیب طاقتوں سے متحمم تھما رہے ہیں ان پر غالب آنا یہ وہی طاقتوں پر غالب آنے سے زیادہ مشکل ہے۔

ذہنی میکانزم:

خیال کے اثر اور قوت کو سمجھنے کے لیے خود شناسی کی ضرورت ہے اور یہ جاننے کے لئے کہ آپ خود کتنی بڑی قوت ہیں کہ اپنے دماغ کا یہ میکانزم کتنا ضروری ہے کہ دماغ کا یہ کارخانہ کس طرح کام آتا ہے؟ جیسا کہ باب اعصاب میں یہ واضح کیا جا چکا ہے کہ سب ذہنی طور پر ایک سر منزل عمارت کی حیثیت رکھتے ہیں اس عمارت کی چنگی منزل کو ہم لاشعور کو نام دیتے ہیں جہاں تمام عمر ہمارے ذہن کا کوڑا کھڑا بیج ہوتا رہتا ہے دوسری منزل کو شعور منزل کا شعور اور تیسری منزل میں شعور برتر کا ذخیرہ واقع ہے جو کبھی کبھی کہتا ہے زندگی میں چونکہ ہمارا تعلق زیادہ تر دوسری منزل سے رہتا ہے اس میں ہم خود اپنی ذہنی عمارت کی تیسری منزل شعور برتر کے متعلق کوئی واقفیت رکھتے ہیں اور نہ ہی اس کے گودام (لاشعور) کے بارے میں کچھ جانتے ہیں۔

لاشعور کے تہ خانے یا گودام اور شعور کے گودام کے درمیان ایک خود کار مشینری نصب ہے شعور کے ہاتھ کو جس چیز کی ضرورت ہوتی ہے وہ اس کا شن و دہانتا ہے اور ایک ٹیکسٹ کے لاکھوں حصہ میں وہ شے لاشعور کے گودام سے نکل کر شعور کے شعور میں آ جاتی ہے یہ ہمارے لاشعور اور آپ کے ذہن کا میکانزم ہے۔

اس بات کو ذہن میں رکھیں کہ لاشعور کے گودام میں تمام چیزیں اس طرح گنڈھ اور مٹی ہوئی ہوتی ہیں کہ ایک کا دوسرے کے ساتھ کچھ نہ کچھ تعلق سا قائم ہو گیا ہے اور جب کوئی خاص شے شعور کے شعور میں جانے لگتی ہے تو لاشعور کے اس پورے کھڑا خانے میں ہچکچائی مچ جاتی ہے دوسری اشیاء ماحول پر گرنے لگتی ہیں اور اس افراتفری میں لاشعور کی گرداڑاں ہوتی شعور کی سطح تک بھی پہنچ

جاتی ہے لیکن وجہ ہے کہ اس شعور میں بعض چیزیں بے انتہا حسد لی نظر آتی ہیں۔ یہ بات سمجھنا ضروری ہے کہ بعض اوقات لاشعور کے گودام میں سے بہت سی چیزیں نکل کر شعور کے شعور میں بلا ضرورت داخل ہو جاتی ہیں اگر یہ سلسلہ قائم رہے تو آپ جب کبھی ان چیزوں کو دیکھیں گے تو آپ کا دھیان ضرور ہٹ جائے گا اور یک وقت تین تین چیزوں کو دیکھ کر ان کے حلق کوئی حسی رائے قائم نہیں کر سکیں گے اس لئے انتقال افکار یا نئی جینی کے لئے یہ لازمی ہے کہ آپ جو شے بھی لاشعور کے گودام سے طلب کریں صرف وہی شعور تک پہنچے اور باقی تمام چیزیں وہ ہیں اس گودام میں محفوظ رہیں اس لئے اس پر کنٹرول حاصل کرنا چاہیے۔

آپ اپنے خیالات کے اس تیز رو رو یا پر ایک مضبوط بندھن قائم کرو دیجئے اور پھر اپنے خیال کی قوت کا کرشمہ دیکھیں۔

☆☆☆.....

رحم فرما اللہ علیہ

باب نمبر 8:

انسانی حواس

انسانی ذہن:

انسانی ذہن قدرت کی کارگرگی کا عجیب و غریب مظہر ہے اس کا نظام کائنات کے نظام سے ملتا جلتا ہے اس کا مکمل ادراک ایک طویل عمر کے فکرمند کا مقصد ہے لیکن جوڑی سیاحت کے بعد اس کو سمجھنا کوئی مشکل کام نہیں ہے ایک ماہر ٹیلی پتھن کو انسانی حواس اور ذہن کی کارگرگی کا ضرور علم ہونا چاہیے۔

ماہرین روایت نے انسان کے سولہ حواس گنوائے ہیں۔ جن کی مختصر تفصیل حسب ذیل ہے۔

- 1- حواس باصرہ (دیکھنے کی قوت) اس کا تعلق آنکھ اور اس کے اعصاب سے ہے۔
 - 2- حواس سامعہ (سننے کی قوت) اس کا تعلق کان اور اس کے اعصاب سے ہے۔
 - 3- حواس لاسمہ (چھونے کی قوت) اس کا تعلق کسی شے کو چھونے یا لمس سے ہے اور جلدی اعصاب سے تعلق رکھتے ہیں۔
 - 4- حواس ذائقہ (چکھنے کی قوت) اس کا تعلق زبان اور اس کے اعصاب سے ہے۔
 - 5- حواس شامہ (سوچنے کی قوت) تاک اور اس کے اعصاب سے تعلق ہے۔
- اسی طرح ان پانچ ظاہری حواس کا ساتھ باطنی قوتوں سے بھی ہے جن میں ظاہری اعصاب کام نہیں کرتے ہیں ان کی تفصیل حسب ذیل ہے۔

- 6- باورائے حواس باصرہ 7- باورائے حواس سامعہ
- 8- باورائے حواس لاسمہ 9- باورائے حواس ذائقہ
- 10- باورائے حواس شامہ 11- چھٹی حس

12- حرارتی حس 13- توازن حس

14- قربت حس 15- معناتی تناسب حس 16- وزن حس

چونکہ ظاہری حواس کے ساتھ ساتھ انسان باطنی حواس کا ادراک بھی رکھتا ہے اور اس کا علم اسے پہلے سے ہوتا ہے۔ اس لئے یہاں پر دیگر حسیات کی مختصر اشتریح کی جاتی ہے تاکہ ان کے نام کارکردگی کو ٹیلی پتھن کا لو آموذ بخوبی جان سکے تاکہ اس کے لیے اس علم کی وسعتوں کے دروازے کھل سکیں۔

چھٹی حس (ہماری خفیہ محافظ):

اس حس کا تعلق انسان کی ان خفیہ صلاحیتوں سے ہے جن کا علم ہمارے علم و فہم میں نہیں ہوتا یہ حس انسان کی بے حد مددگار ہے اور اپنی غیر معمولی صلاحیتوں کی بدولت ہمیں قطعاً ادراک نہیں ہونے والی لیکن چپ سے ہمیں اچانک ہی براسرار اور نادیدہ حالات و واقعات سے باخبر کر دیتی ہے تو ہم حیران و ششدر رہ جاتے ہیں کسی خاص واقعہ یا حادثے سے قبل انسانی طبیعت میں بے شک پیدا کر کے اسے ہونے والے واقعات سے مطلع کر دیتا اس کا خاص طریقہ کار ہے اس حس کو انسان کی خفیہ محافظ کہا جاتا ہے سائنس ابھی اس پر تجربات میں مصروف ہے جس سے توقع ہے کہ اس کی سائنسی توجیہ اور بنیاد مل سکے۔

حرارت پتھن حس:

ہماری ریڑھ کی ہڈی میں ایک علیحدہ اعصابی نظام کام کر رہا ہے جسے ہمارے دماغ کو ہر لمحہ ہمارے جسم کے درجہ حرارت کے متعلق معلومات فراہم کرتی رہتی ہے یہ حرارت پتھن نظام ہمارے دماغ کو بتاتا کہ صحیح اطلاع بغیر ہر مایٹر لگائے کیلچا رہتا ہے۔ اگر ہمارے جسم کے طبی حرارت میں ذرا بھی فرق پڑتا ہے۔ تو ہمارے دماغ کو فوراً اطلاع دے دیتا ہے۔ تاکہ ہم اس کا بروقت علاج کر سکیں۔

وزن کی حس:

اس حس کا کام وزن کا اندازہ کرنا ہے آپ نے کسی کچھ کو اپنے ہاتھ سے اٹھا کے فوراً کہہ دیا

کہ اس کا وزن اتنا ہے اس کے علم اور اعزاز کے لیے ہمارے اعصاب کی یہ حس کام کرتی ہے اور دماغ کو فوراً مطلع کرتی ہے۔

توازن کی حس:

یہ حس ہمارے انسانی اور کشش ارضی کے درمیان ایک اہم کشش یا رابطے کا کام دیتا ہے۔ کانوں کے نیچے استخوانی جھکے میں کنڈیم کے بالدارانے اس خاص حس کا مرکز ہیں جب آپ یا کوئی اور انسان کشش ارضی کی کنڈیم پر خطے سے جتا ہے اور نیچے اچھڑا کر گستا یا چھلکا ہے اور مڑتا ہے تو یہ حس طبعی طور پر اسے ارض کشش کے خط پر قائم اور سنبھالے رکھتی ہے اور انسان کی ذاتی کوششوں کے بغیر بروقت اس کا توازن قائم رہتا ہے۔

قربت کی حس:

کسی شے سے حساس تعلق یا رابطہ قائم کئے بغیر یا دیکھے بغیر معلوم کر لینا کہ یہ کیا چیز ہے اس حس کا کام ہے اندھوں میں یہ حس کافی تیز ہوتی ہے۔ کیونکہ اس کے راست میں کوئی دیوار، تالی، کنواں یا کوئی اور رکاوٹ ہو تو نور ان کو محسوس ہو جاتا ہے کہ آگے کچھ ہے اس طرح آپ کسی کام میں مشہک ہیں اور کوئی شخص آپ کے پیچھے بغیر کوئی آہٹ کئے آن کھڑا ہوتا ہے تو آپ چونک کر فوراً پیچھے کی طرف دیکھنے پر مجبور ہو جائیں گے کسی چیز کا قرب بغیر دیکھے یا چھوئے محسوس کرنا ہی اس حس کا کام ہے۔ انسانوں کی یہ نسبت بعض جانوروں میں یہ حس بہت زیادہ پائی جاتی ہے۔

عضلاتی تناسب قائم کرنے کی حس:

قریبیت و توازن جسے تناسب کہتے ہیں اس کا نکتہ کی بناء کا بنیادی نکتہ ہے اسی طرح انسان بھی حسن تناسب کا محتاج ہے اس حس کا کام جسم کے مختلف عضلات کی حرکات و سکنات کو کنٹرول کر کے ایک نظام اور ترتیب کے ساتھ چلانا ہے مثلاً بھاگتے میں دوڑوں بیدروں کا یکے بعد دیگرے برابر رفتا اور قوت سے اٹھنا۔

ادراک ماورائے حواس کی مخفی قوت

تحت اشعور:

ہر انسان کے اندر ایک عظیم عقلی قوت موجود ہے جو ہر لمحہ ہر روز کے لیے بے چین رہتی ہے اگر کچھ کوشش کی جائے تو اس عقلی قوت سے کام لے کر ہم اپنی خواہیدہ دماغی صلاحیتوں کو فروغ دے سکتے ہیں ہم اپنے دماغ کے بعض حصوں کو بکثرت استعمال کرتے رہتے ہیں جن میں ہمارے حواس فشر شامل ہیں لیکن دماغ کے بعض حصوں کی حیرت انگیز صلاحیتیں ہم اب تک استعمال کرنے کے قابل نہیں ہو سکے بعض اوقات ہمارا سابقہ کسی پراسرار قوت سے پڑتا ہے جس کو ہم روحانی طاقت کا خطاب دے دیتے ہیں کیونکہ ان کی کوئی حس تو ضیح ہمارے سامنے نہیں ہوتی۔

درحقیقت انسانی تصور اور ادراک انہی حقیقتوں کو سمجھنے کی کوشش کرتا ہے جن کی کوئی حس بنیاد ہوتی ہے لیکن بعض چیزیں ایسی ہیں جو موجود ہونے کے باوجود ہمارے احساس میں نہیں آ سکتیں۔ جیسے روح اور روح کی بناء وادیت کا یقین کا نکتہ کی غایت حقیق خدا کا وجود انسانی ارادے خیالات اور خواہشات کی لحد و حدت اور زبان و مکان کی پابندیوں سے آزاد۔

ہم ان حقیقتوں کو اپنے اعصاب کے عمل اور دماغی منطق و دلیل سے نہیں پہچان سکتے اور جب ان اہل حقیقتوں کی چھان بھگ کی جاتی ہے تو اس ادراک کی بنیاد وہ عمل نہیں ہوتا جس میں حیات اور اعصاب کا دخل شامل ہو ہماری عقل اور منطق ان حقیقتوں کو سمجھانے کے قابل ہی نہیں ہوتی کیونکہ اس کی تشکیل عملی تجربات کی سرہون منت ہوتی ہے جس طرح وجود ہمارے تعالیٰ یا حیات ابدی میں تجربات کا کوئی دخل نہیں ہے اور ان کو منطق کے ماتر خوں سے نہیں کھولا جا سکتا جن کا حلقہ ہمارے تحت اشعور اور لاشعور سے ہے اور جن کی حدود کو سائنس ابھی تک متعین نہیں کر سکی۔

جدید سائنس کی رو سے انسان چھتیس مختلف عناصر جیسے آگ، پانی، ہوا، مٹی، پائیدہ ورجن، راجیم، کاربن، ہائیڈروجن و غیرہ وغیرہ کا مرکب ہے لیکن انسان تمام دیکھ اور نا دیکھ معلوم اور نامعلوم، مخفی اور علی حلقوں میں سے سب سے افضل واقع ہے اس میں جو چیز تمام دوسری مخلوق سے مختلف ہے وہ اس کی آزاو خیالی اور قوت ارادی ہے یہ بے پناہ قوتیں صرف انسان میں پائی

جاتی ہیں اور ان ہی کی وجہ سے وہ تمام کائنات کا احاطہ کر لیتا ہے اور کر لیتا ہے اپنی قوتوں کی بدولت انسان تمام کائنات اور مخلوقات کو اپنی خواہش کے مطابق مصلح و مضر کر لیتا ہے۔

کسی بھی نظریہ کو جب سائنسی بنیادوں پر پرکھا جائے تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ وہ نظریہ اپنی سائنسی ماہیت کیا رکھتا ہے لیکن انسان کی ان عقلی قوتوں کو جب سائنس کی رو سے پرکھا جاتا ہے تو سائنس کے مطابق مادہ کو کہیں تک نہیں ہے اور نہ ہی یہ تو ان کی ختم ہوتی ہے کائنات کی وسعتوں میں زندگی ہی پائی جاتی ہے اور اس کو موت نہیں ہے البتہ اس کی شکل اور ماہیت بدلتی رہتی ہے چنانچہ یہ بات بخوبی سمجھ لی جانی چاہیے کہ آپ جن نادیدہ قوتوں کو خیر کر لیتا چاہتے ہیں اگرچہ انہیں ہے انفعال افکار ہی کو کیجئے یہ کسی بھی چیز میں مرتے بلکہ کسی نہ کسی طرح کی شعاعوں اور لہروں کی شکل میں موجود رہتے ہیں اور اپنا اثر بھی دکھاتے رہتے ہیں۔

خیالات خروانی یہ ہے کہ ہر شے اپنی مشابہت کی جانب ہی خراب کھینچتی ہے آپ کے خیالات اگر تھیک اور تھیک ہی ہوں گے تو آپ کے ذہن میں ویسے ہی پاس سے لئے پلٹے ہوئے ہوں گے خیالات واقفکار امنڈتے چلے آئیں گے اور اس کے برخلاف ہوگا تو بھی اسی قسم کے خیالات جنم لیں گے۔

یہ افکار اور خیالات کہاں سے آتے ہیں؟ اس کو یوں تصور کریں کہ یہ ہمیشہ سے فضا میں موجود ہوتے ہیں اور اڑتے پھرتے ہیں وہ اپنے مشابہ خیالات و فکروں کی طرف پلٹ آتے ہیں۔ اسی لئے یہ بھی کہا جاتا ہے کہ کائنات کی عقلی طاقت ہمیشہ انسانوں کی مدد کرتی رہتی ہے۔ اور ان قوتوں کو اور ان کی کارکردگی بناوٹ کو جاننے کے لیے ہمیں انسانی حواس کے متعلق بخوبی جانا ہوگا۔

.....☆☆☆.....

باب نمبر 9:

ذہن کی صفائی

ایک صحت مند انسان اپنے حواس کے ذریعہ ایک وقت مختلف نعوش مسلسل اپنے ذہن پر مہرسم کرتا رہتا ہے۔ یہ انسان کی انتہائی معمولی حالت ہے اور اسے کثیر الانیالی سے تعبیر کیا جاتا ہے لیکن جب کوئی بھی شخص شیئی یا کسی اور شخص کے ذریعے اپنی توجہ کو مکرر کر لیتا ہے تو وہ کثیر الانیالی کی حالت سے نکل کر واحد الانیالی (ایک نقطہ) بن جاتا ہے اور اس حالت میں جب وہ ایک شخص کا خیال کا خیال قائم کرتا ہے تو رفتہ رفتہ اس کا ذہن خالی ہونے لگتا ہے اور اس کے لیے چند مشغلوں کی ضرورت اسے پیش آتی ہے تاکہ وہ اس حالت پر با آسانی عبور حاصل کر سکے اور اس کا ذہن خالیات کے جھوم سے بالکل معذور ہو جائے اس کے بعد ذہن کی صفائی کا عمل شروع ہوتا ہے اس کو اس طرح واضح کیا جاسکتا ہے کہ!

جب آپ زمین پر اپنا خوبصورت مکان تعمیر کرنے لگتے ہیں تو سب سے پہلے اس کی سطح ہموار کرتے ہیں کوڑا کرکٹ بناتے ہیں اور پھر زمین کو ہموار بنادیتے ہیں۔ اب اگر اس پر عظیم الشان اور مضبوط ترین عمارت بنانے کا ارادہ ہو تو زمین کی بالائی تہہ سے مسلسل پانی کھینچتے رہتے ہیں اور یہ کام بہتوں جاری رہتا ہے یہاں تک زمین کے سوتے خشک ہو جاتے ہیں اور اس طرح زمین کی حالت درست ہو جاتی ہے جس کے بعد تعمیر کا کام شروع ہو جاتا ہے یہ سب سے زیادہ وقت طلب کام ہوتا ہے کسی زمین میں جگ بونے کے لیے بھی اس کی صفائی کی اسی طرح ضرورت ہوتی ہے۔

جب تک عمل خاطر خواہ نہ ہو اس سے مکمل فائدہ حاصل نہیں ہوتا اسی طرح ہمارے ذہن کی لاداعیوں سے پاک کرنے کے لیے ذہن کی صفائی کی ضرورت لاحق ہوتی ہے یہ ایک عین حق کواں ہے جس

کی گہرائی میں اندھیرا پھیلنا ہوا ہے اور اس میں سارے جہاں کی غلطیتیں چھپی ہوئی ہیں جن غلطیوں سے جب تک نجات نہیں ملے گی روشنی کی کوئی کرن نہیں پھولے گی۔

عیسائیوں میں ایک رسم اعتراف ہے جو ذاتی معافی کے لیے بہترین مواقع کا کام کرتی ہے جب کوئی عیسائی بہت دکھی ہو جاتا ہے تو وہ پادری کے پاس چلا جاتا ہے کہانی میں اس سے ملتا ہے اور پھر مقدس باپ کے درمیان اپنے تمام گناہوں کا اعتراف کر لیتا ہے کہ اس نے کتنی مرچہ جھوٹ بولا کن کن لوگوں سے بے ایمانی کی، کتنے لوگوں کو دکھ پہنچایا کہاں کہاں خود کو اٹھائے کن غموں نے زندگی کو ہلکانے کے رکھا اور اس طرح وہ اپنی زندگی کا سارا حال احوال سناوتا ہے سب سے آخر میں مقدس باپ اسے آیات پابھل کے ذریعہ میر کی تلقین اور تنگی کی ہدایت دیتا ہے اور اس طرح اس انسان کا ذہن گناہوں کے غبار سے نجات حاصل کر کے نئی زندگی کی راہ اختیار کرتا ہے۔

ذہن کی معافی میں اس امر کو نسیات داغوں نے آزاد گوئی (Free Speaking) کا نام دیا ہے جس کا صرف یہی مقصد ہے کہ اس طرح کی آلائشوں اور روح کی غلطیوں کو قحط اشعور کے گہرے تھکانے سے نکال کر شعور کی سطح پر لایا جائے تاکہ ذہن ہلکا ہو جائے جن لوگوں کو جی کی بھڑاس نکالنے کا موقع نہیں ملتا ان کو روئے چھپنے چلانے بذریعہ انے اور فراہ کرنے سے روک دیا جاتا ہے تو ایک وقت آتا ہے جب وہ پھر سرگرمی طرح چھٹ پڑتے ہیں اور شرط فٹال بین کر منہ سے غرت کی آگ اگلنے لگتے ہیں۔

آزاد گوئی:

آزاد گوئی کا درواج ہزار سال سے چلا آرہا ہے اور جذباتی گندگیوں کی معافی کے لیے استعمال ہوتا ہے پابھل نے اعتراف کی عمارت اس کے لوہے قائم کی ہے روایت (سائیکیک ازم) میں بھی آزاد گوئی بہت بلند مقام رکھتی ہے اور اس کو دوا طریقوں سے استعمال میں لایا جاتا ہے۔

(1) تحلیل نفسی (2) علاج ذہن خیال

تحلیل نفسی:

یہ ایک نفسیاتی اصول ہے کہ جب بیماری کا اصل سبب مریض سے علم میں آ جاتا ہے تو مرض

کی شدت میں کمی واقع ہونے لگتی ہے جذباتی چھید گیاں اور گرہیں کھل جاتی ہیں اس وقت اگر جذبات خوشحالی میں نہ رہیں تو دوسری ذاتی گندگیوں کے علاوہ احساس کسری کو بھی جڑ سے اکھاڑ پھینکا جاتا ہے۔

علاج ذہن خیال:

ایک خیال دوسرے خیال میں بکڑا ہوا ہے ایک یا دوسری یاد سے وابستہ ہے اس کی مثال کچھ یوں ہے کہ آپ کے سامنے کسی بڑے یا فیر کا تذکرہ آیا تو یادوں کے صندوق و خزانے میں کھینچی گئی سالہا سال کی پرانی یاد زبانی ہوئی ہوگی بیری یا ہمیں شعور کی سطح پر ملے بغیر میں۔ مریض جو کہیں ان میں اس آفسیر کے متعلق تمام خوشگوار اور ناخوش گوار واقعات ہوں گے لگاتار کھینچ کر جزیات ہوں گے اور اس طرح بہت سی کھلی اور دبی ہوئی یادیں بھگی جنہیں شعور کے مقصد نے لاشعور کے چھانے میں دھکیل دیا تھا۔

آزاد لازم خیال نفسیاتی اصطلاح ہے جس سے مراد پرانی یادوں اور خیالات کی ایک یاد یا خیال کے آئیے ابھرتے چلے آتے ہیں آزاد گوئی میں ان یادوں کو چھپایا جاتا ہے اور پھر تحلیل نفسی شروع ہو جاتی ہے۔

جب بھی کسی آپ کسی واقعہ سے بے حد متاثر ہوں اور ذہن پر شدید دباؤ محسوس کرنے لگیں تو کسی کرے میں جا بند ہو جائے اور پھر جو کچھ زبان پر آئے بولتے جائے شروع میں خیالات کی تکرار ہوگی پھر ان میں آہستہ آہستہ کمی ہوتی جائے گی یہاں تک کہ آپ بکتے بکتے تھک جائیں گے اور شدید طور پر کمزوری محسوس کریں گے۔

اس کے بعد آپ کو یکدم ایسا محسوس ہوگا جیسے لاشعور کی سطح سے رنگ رنگ کے خیالات کی لہریں شعور کی سطح پر ابھر رہی ہیں اور ان میں آپ کے کچلے ہوئے جذبات یا ذہنی آری ہے کسی کے لیے جذبات نفرت ہے غصہ احساس برتری یا مذہبی جوش شرم یا بین اندرونی خوف اور غم نے کیا کچھ عالم علم مانند آئے ہیں ان خیالات اور باتوں کو ایک مرچہ شعور کی سطح پر اپنی مرضی سے نکالنا چاہیے اور انہیں کچلنے کے پرانی یادوں کے ان سائیدوں اور بچھو کی کا سارا زور نہیں تو اس کا کافی زیادہ حصہ ضرور

ختم ہو جائے گا اور آپ کافی حد تک ذہنی سکون محسوس کرنے لگیں گے۔

فطرتی نفسی ہی میں دوسرا طریقہ آزاد نگاری کا ہے جو آزاد گوئی کی مانند ہوتا ہے اس کے لیے ایک ماہر نفسیات اپنے کسی مریض کو پہلے ایک خاموش کمرے میں لے جاتا ہے اور وہاں سے ایک آرام دہ کرسی پر بٹھا کر اس کے سامنے کلمہ اور کاغذ رکھ دیتا ہے اور پھر اسی طرح اس سے طرح طرح کے سوالات کرتا ہے بعض سوالات مریض کے نازک جذبات کو نہیں بچانے والے بھی ہوتے ہیں جب ماہر نفسیات یہ دیکھتا ہے کہ اس کے کسی سوال پر مریض کا چہرہ ہنسنے لگا ہے تو پھر وہ اس سے کہتا ہے کہ اس سوال کے جواب میں اپنے دل کی جذبات کا اظہار کاغذ پر لکھ کر کیجئے اور جو کچھ بھی میں آئے لکھتے چلے جائے یہ مطلق نہ سوچئے کہ آپ کو کیا لکھنا چاہیے اور کیا لکھ رہے ہیں اس آزاد نگاری میں کچھ یوگہ منتقل، فلسفہ عمل اور دلیل کی کوئل اعزاز نہ ہونے دیتے نہایت بے باکی اور آزادی سے بلا شرط و پابندی جو کچھ دل میں آئے لکھتے چلے جائے ایسے موقع پر ماہر نفسیات مریض کو کمرے میں تنہا چھوڑ کر باہر نکل جاتا ہے اور مریض اپنے جسم کو کرسی پر ڈھلا کر کے کاغذ پر بے لنگان لکھنا شروع کر دیتا ہے۔ بے درود بلا جھجک اس کا کلمہ نہایت تیزی سے چلنے لگتا ہے وہ کاغذ پر طرح طرح کی گالیاں بھی دے گا اور بے ڈھنگ چلے جائے اس پر آڑی ترچھی لکیریں بھی ہوں گی اور ذہنی یادداشتیں بھی اپنی ادا کو تسکین دینے کے لیے بعض دھنگیں ہوں گی اور اپنی برتری کے قصے بھی۔

آزاد نگاری کے لیے کوئی لگانہ یا اصول یا قاعدہ مقرر نہیں کیا گیا ہے آپ کے دل میں جو کچھ بھی آئے بلا جھجک اسے کاغذ پر لکھتے چلے جائے اور پھر جب کبھی موقع نہ ملے فرصت کے وقت چلے کر اپنی تحریروں کا پڑھ ڈالے اپنے بعض جملوں پر غور کیجئے ایسا کر کے آپ دیکھیں گے کہ کاغذ پر آپ کی بہت سی ایسی خراباشات بھری پڑی ہوئی ہیں جو خود نہ تمام ہیں آپ نے کہیں کسی شخص کو جان سے مار دینے کی دھمکی بھی دے ڈالی ہے یہ اعتمادی نفرت کا اظہار ہے خوش گالیاں آپ کی دلی ہوئی جنس خراباشات اور بھوک کی ترچھان ہیں۔

فریضہ آپ کے لا شعوری جذبہ میں جتنی بھی گندگیاں اور فساد کے مارے جمع ہیں دوسرے کاغذ پر ابھر آئے ہیں آپ کو بعض اوقات اس کاغذ کی کچھ تحریروں پر چڑھ کر بھی آئے گی کیونکہ

وہاں کوسے گالیاں ملنے جمل جملے آدمی ترچھی لکیریں اور دستخطوں کے نمونے وغیرہ سب کچھ موجود ہوں گے۔ اپنے بے ربط جملوں اور تحریروں میں کہیں آپ کے جذبات کا بھوت بھی چھا بیٹھا ہوگا۔

اگر آزاد نگاری یا آزاد گوئی کی مشقیں اسی طرح روزانہ ہوتی رہیں اور یہ سلسلہ کم از کم دو ہفتوں تک برابر جاری رکھا جائے تو آپ یقین کیجئے کہ انتقال افکار کی دوسری مشق کو قبول کرنے سے آپ کی تربیت مکمل ہو جائے گی۔

جس طرح ذہن میں شمس و خاشاک دور کرنے کے بعد کوئی پودا لگانے پر وہ جلد بوٹنے لگتا ہے۔ اور جہان ہو کر اچھا بھلا بھی دیتا ہے۔ اسی طرح ذہن کی پوری صفائی کے بعد جب کسی خیال کا پودا اس میں لگا لیا جائے گا۔ تو وہ بہت جلد برگ و بار لائے گا اور بہت جلد سرسبز و شاداب ہو جائے گا۔

ذہنی امراض میں جتنا افراد کی ذہنی کیفیت کا بغور جائزہ لیں تو ہمیں پتہ چلتا ہے کہ اس مرض میں جتنا لوے فیصد افراد صرف اور صرف احساس کتری کا فکار ہیں جن کا علاج جدید طب کے پاس نہیں ہے اکثر ایسا ہوتا ہے کہ اس کا مریض اپنی اس کتر روی سے بچھکا رہا پانے کے لیے برتری کا مجبور و غریب کرنے لگتا ہے جس کی واضح مثال شغنی خوری، خود ستائی، خود نمائی، نازک حراعی، انفرادیت ہیں جو بطل و معلول کے ابدی قانون کے تحت پیدا ہوتے ہیں اور اس سے دماغ میں حریر گر ہیں پڑنے لگتی ہیں۔ احساس برتری، خود نمائی یا انفرادیت خود برتری جڑ نہیں ہیں لیکن ان کا فائدہ استعمال رہا ہوتا ہے اگر حقیقت پسندی کی حدود سے تجاوز نہ کیا جائے تو ہم ان کے ذریعہ اپنی شخصیت کی بہت کچھ اصلاح کر سکتے ہیں۔

ملی قیسی کی مشقوں سے پہلے جب کسی کی مشقوں میں آپ معروف ہوں تو اس کے ساتھ ہی احساس کتری کے خاتمے کے لیے بھی اور ذہن کو اس سے پاک صاف رکھنے کے لیے اس کے خفاہر کی طرف خصوصی توجہ دینی چاہیے۔

آپ اپنی قوت توجہ سے کام لے کر احساس کتری کا زور ہا آسانی توڑ سکتے ہیں ترغیبات کے ذریعہ آپ اس مغربی احساس کا مکمل طور پر خفاہر کر سکتے ہیں اس کے لیے ذیل کا طریقہ کار

اختیار کریں تاکہ اس سے ہمیشہ کے لیے نہات پائیں۔ رات کو سونے کے لیے جب آپ اپنے بستر پر لیٹیں تو سیدھے چٹ لیٹ کر نہات پر سکون اور نرم لہجے میں خود کو پتہ فیہ دیں۔

”میں احساس کتری میں مبتلا نہیں ہوں مجھے اپنے آپ پر سو فیصدی اعتماد ہے میں یکسوئی کے لیے جو مشقیں کر رہا ہوں اس سے سو فیصدی قانکہ اضافہ اس کا ان مشقوں کو کوئی خراب نتیجہ برآمد نہیں ہوگا۔“ چند دن عمل کے بعد احساس کتری ختم ہو جائے گا۔

☆☆☆

باب نمبر 10:

خیال اور سانس

روحیت کے تمام باہرین چینی حد تک اس بات سے متعلق ہیں کہ ہمارے خیال اور سانس میں چولی دامن کا ساتھ ہے یہی وجہ ہے کہ یوگا میں متبادل طرز عمل کی مشقیں ذہن کی تمام قوتوں اور اعصاب کی تمام توانائیوں میں مرکزیت پیدا کرنے کے لیے تجویز کی جاتی ہیں اس کے علاوہ سانس کی مشقیں روشن خیالی کا بھی باعث ہوتی ہیں۔

کائنات میں جو انرجی ہمیشہ سے موجود ہے اور ہمیشہ موجود رہتی ہے اسے ہم سانس کی مشق کے ذریعے ہی اخذ کرتے ہیں یہ ہماری ذہنی ساخت ہی ہے جو ہماری جسمانی ساخت ترش خراش اور شعوری تجربات پر بہت حد تک اثر انداز ہوتی ہے اور اس کی قبر میں حصہ لیتی ہے۔

جب ہم سانس کی مشقیں کرتے ہیں تو خارجی ”انرجی“ اپنی کھلی قوت کے ساتھ ہماری دگوں پٹیوں اور شریانوں میں دوڑنے لگتی ہے لیکن اس کا رخ صرف ایک سمت میں ہوتا ہے وہ ہر طرف سے محکم بلکہ کہ اعصابی مرکز تک پہنچ جاتی ہے جہاں پہلے ہی ایک زبردست قوت موجود ہوتی ہے اس باطنی انرجی سے جب اس خارجی انرجی کا ٹکراؤ ہوتا ہے تو بقول ڈاکٹر شوٹیک باطنی انرجی اس کو اپنے اندر جذب کر لیتی ہے لہذا جب سانس باہر آئے لگتی ہے تو وہ انرجی کی تمام کشش اور غلاظت کو بھی اپنے ساتھ باہر نکال لاتی ہے یہ کشش اور غلاظت باہر نکال کر کائناتی انرجی میں جذب ہو جاتی ہے اور اس کے بعد چھان پھٹک ہوتی رہتی ہے۔

محسوس کی مسلسل ضروریوں کا یہ عمل چاہی رہتا ہے یہاں تک کہ آخر میں باطنی انرجی بیدار ہو جاتی ہے انسانی خیالات لطیف سے لطیف تر ہو جاتے ہیں محسوس کے بعد جب انتقال انکار کی مشقیں شروع ہو جاتی ہیں تو خیالات خود بخود دھکی کی طرح کام کرنے لگتے ہیں۔

اپنے مقصد میں کامیاب ہو جائیں گے۔

اب آپ کو وہ آواز دیں گے جو آپ کے لیے حد واضح بنائی دیں گی کہ آپ کی زندگی میں پوری توجہ سے سنتے رہیں گئے۔ آپ کے لیے دماغ پر زیادہ زور نہیں اور جب بخوبی سمجھ میں آئے تو آپ کو اپنے پاس محفوظ رکھیں اس بات کا خیال رکھیں کہ ان باتوں کے چارے لوگ نہ صرف آپ کے خلاف بدگمان ہو جائیں گے بلکہ آپ کا اصل مقصد خلی بدھتی کا حصول بھی اور وہ رہ جائے گا یہ مشق پانچ ہفتے تک مسلسل جاری رکھنے سے اس پر عبور حاصل ہو جائے گا اور پھر مشق میں ہر آواز کو سننے میں معمولی سی کوشش صرف کر کے کامیابی حاصل ہو جائی ہے۔

تبادل طرز تفہیم کی مشقیں:

A- کسی پرسکون مقام پر شمال کی طرف منہ کر کے کھڑے ہو جائیں جہاں تازہ ہوا کا گزر ہو (کسی باغ یا گھر کا لان پرسکون گوشہ مناسب ہے یا پھر گھر کے کچن میں بھی کھڑے ہو کر اس مشق کو کیا جاسکتا ہے)

اس کے لیے کوئی مناسب وقت صبح یا شام کا مقرر کریں اور ہر روز اس وقت پر اس مشق کیجیے اسی صورت میں اس کے دور سے تریں نتائج حاصل ہوں گے۔

1- سب سے پہلے اپنی آنکھیں بند کیجئے دو تین دنوں کو آپ نہیں مل سائیں۔
2- دابنے ہاتھ کے انگوٹھے سے دابنا نشانہ کر لیں اور بائیں کھلے ہوئے تنہ سے تازہ ہوا اندر کی طرف کھینچیں اور مسلسل کھینچنے چلے جائیں یہاں تک کہ سانس کی آمد خود بخود بند ہو جائے۔

3- اب دابنے ہاتھ کی چوٹی اٹھائی اور چپکلی کو لگا کر اس سے پایاں نشانہ خوب اچھی طرح بند کر دیں انگوٹھے سے دابنا نشانہ اسی طرح بند کر دیں اور اس وقت تک سانس خارج نہ کریں جب تک دم گھٹنا ہو محسوس نہ ہو۔

4- اب صرف انگوٹھا دابنا لیں اور آہستہ آہستہ سانس خارج کرنا شروع کریں اور اس وقت تک خارج کرتے رہیں جب تک تمام سانس ختم نہ ہو جائے۔

5- اس طرح اس مشق کو دس مرتبہ روزانہ کریں آپ جلد ہی اپنے اندر ایک عجیب سی لہرت محسوس کریں گے اور اعصاب بھی آپ کے قابو میں آ جائیں گے۔

B- یہ ورزش کھلے آسمان سے کرنے کی بجائے آپ کسی ہوا دار کمرہ میں بھی کر سکتے ہیں بشرطیکہ کمرہ میں تازہ ہوا کی آمد کے لیے کڑیاں موجود ہوں اس مشق میں بجائے کھڑے ہونے کے اپنی پاتی بائیں کرینڈینا ضروری ہے اس کے بعد اس عمل کو شروع کریں۔

1- جب اپنے دایم تنہ سے سانس اندر کی طرف کھینچنا شروع کریں تو خود دل ہی دل میں یہ تک کہتی گئی کہ میں یعنی اس کیلئے تک سانس اندر کھینچ رہا ہوں اور جب سانس جسم میں موجود ہوا دور دوں تنہ سے بند ہوں تو دل ہی دل میں آٹھ تک کہتی کریں۔

2- اب دابنے تنہ سے سانس کو باہر خارج کریں لیکن اس کے اخراج کی مدت میں بھی دل تک کہتی یا اس کیلئے ہونی چاہیے۔

3- سانس خارج ہونے کے فوراً بعد مشق کا دوسرا دور شروع نہ کریں بلکہ آٹھ کیلئے آٹھ کی کہتی تک سانس کا اندر کی طرف کھینچنا ہائے اس سے دل دماغ اور اعصاب میں بے حد پاکیزگی پیدا ہو جائے گی اور بدنیاتی غلاظت باہر کا نکالت میں نکھر جائے گی پھر انسان کے اعصاب کبھی بھی شکست نہ ہونے لگیں گے۔

اعصابی تازہ سے نجات حاصل کرنے کی مشق:

جول مشہور ماہر ذہنیاتی ماسٹر سانس کی ذیل مشق اعصابی تازہ سے نجات کے لیے بے حد مفید ہے اس کے لیے روزانہ دو مرتبہ دھما گھٹنا وقف کرنا ضروری ہے۔

- 1- کسی پرسکون تاریک کمرے میں زمین یا باستر پر لیٹ جائیں۔
- 2- اپنی دونوں کہنوں کو جسم کے برابر رکھ لیں تاکہ ان کا آرام ملے۔
- 3- اب آپ گہری سانس لیں اور یہ تصور کریں کہ آپ کے بازو ڈھیلے پڑتے چارے ہیں پانچ مرتبہ اس عمل کو دہرائیں۔
- 4- اس طرح سانس لے کر انگوٹھے سے حقن سوچیں اور اس عمل کو بھی پانچ مرتبہ دہرائیں۔

لباس سادہ آرام دہ و صفاً و حالاً استعمال کریں تنگ لباس سے گریز کریں اور اگر مناسب خیال کریں تو کمرے میں یونان یا کرفی بھی استعمال کریں۔

موسم کی کھلانے سے قبل اس پر سوسن یا چاندنی جلی کا تیل ضرور لگائیں یہ تیل پہلے لوہے سے لپٹے کی طرف اور پھر نچے سے اوپر کی طرف لگائیں اور تیل لگاتے وقت اپنی خواہشات حصول توجہ اور ملی جی کو ذہن میں رکھیں اور سوچتے رہیں تاکہ آپ کے خیالات خضراء میں غیر مرئی طور پر جسم ہوتا شروع ہو جائیں۔

نیز مرچ مصالحوں اور فیل کھانوں سے پرہیز ضروری ہے اس طرح جی قربت سے بھی گریز رکھیں کیونکہ یہ جسم میں روحانی قوت کے حصول میں رکاوٹ پیدا کرتا ہے۔

شیخ جی کا عمل کرنے سے قبل فصل لازمی کریں تاکہ اس سے جسمانی صفائی کے ساتھ ساتھ ذہن سے بھی خیالات وصل جائیں اور ذہن بالکل پاکیزہ ہو جائے۔

موسم جی کے انتخاب میں اہم لازم شیخ کا رنگ ہے کیونکہ رنگ مختلف احساسات و جذبات کی عکاسی کرتے ہیں جن کی تفصیل مختصر احصاء میں دیں ہیں۔

سفید رنگ:

پاکیزگی، روحانیت اور زندگی کے اعلیٰ مقاصد کے حصول کا نشان۔

گلابی:

زرخیزی اور شادابی کی علامت، خوش قسمتی، دولت مندی اور طاقت کا نشان۔

نیلا:

سچائی، جبریک، دوافش جی قوتوں پر حاوی، دنا اور ان کا تحفظ حاصل ہونے کی علامت نیز الہام و تعلیم اور اچھی صحت کی علامت۔

چاندنی:

بالیات اور اسٹاک مارکیٹ میں کامیابی کی نشانی روحانیت کے اعلیٰ مدارج پر فائز ہوتے

شروع شروع اس عمل میں آپ وقت محسوس کریں گے لیکن آہستہ آہستہ آپ کے ایسا کرنے سے آپ کے صفات و فیصلے بدلتے جاتے ہیں اور اس کے ساتھ ساتھ ذہن پر بھی آپ کو قابو حاصل ہو جائے گا۔

اس عمل پر کامیابی حاصل کرنے کے بعد آہستہ آہستہ دوسرے اعصاب کو بھی اسی عمل کے ذریعے سے پر سکون بنائیں۔

یکسوئی حاصل کرنے کے طریقے:

قبل از یہ ہم یکسوئی اور اس کی قوت کے حلقہ بیان کر چکے ہیں اس بات کو یاد رکھیں کہ وہ اس دنیا میں ناکام لوگ ہیں جو اپنے اندر یکسوئی اور توجہ پیدا نہیں کر سکتے کیونکہ جی کا شکاری بننا پڑتا تو وہ کچھ سوچ سکتے ہیں اور وہ اپنی جی قوتوں کو یک جہتی کی شکل دے سکتے ہیں۔

ملی جی کے فن میں عبور حاصل کرنے سے قبل یکسوئی حاصل کرنا بے حد ضروری ہے اور اس مقصد کے لیے ذیل کی چند مخصوص مشقیں کامل توجہ کے ساتھ کرنا ہوں گی۔

شیخ جی (Lacro Mancy):

شیخ جی ارتکا ز توجہ حاصل کرنے کی ایک بڑی مشق ہے ارتکا ز توجہ جس قدر شیخ جی سے حاصل ہوتا ہے کسی اور ذریعہ سے ارتکا ز توجہ اور جلد حاصل نہیں ہوتا بعد میں شیخ جی کی بدولت انسان ملی جی جی کے حصول میں جلد کامیاب ہو جاتا ہے سہر حال شیخ جی ایک ملحدہ عمل ہے اور ملی جی جی دوسرے عمل۔

بدایات:

اس مشق کے لیے مناسب ساڑ اور بیٹوں کی بالکل نئی موسمی استعمال کی جاتی ہے اس میں استعمال شدہ موسمی بالکل شکام میں لائیں۔

اس کے بعد ایک پرسکون و خاموش جگہ کا انتخاب لازمی ہے تاکہ دوران مشق سکون اور توجہ میں کوئی شروع غلغلہ نہ ہو مگر میں کسی ایسے کمرے کا انتخاب کریں جو ہوادار ہو جس میں دھوگری ہو اور شہزادہ ضروری۔

وقت اصول پرستی اور شخصیت کا تاریکی علامت۔

نمبر ۱:

اصلی اختیارات اور دور کا تاریکی علامت فکلی علامات کی فہمائی کرنے والا۔

سبز:

بجیہ نیلے رنگ کی علامات۔

پیل:

یاسیت اور پر مڑو کی کے احساس کو ابھارتا ہے بھوک پیدا کرتا ہے ذائقہ اور وزن کم کرنے کے لیے بہترین انتخاب۔

بھورا اور نارنجی:

بھوک اور حرارت کا احساس پیدا کرتا ہے۔

سیاہ رنگ:

انہی جیسے اور کئی کئی کا احساس کا کلی۔ بے روحی اور خود کی طرف طبیعت کو اٹل کرتا ہے مختلف رنگوں سے مختلف تاریکی لہریں پیدا ہو کر مختلف روحانی سطحوں پر عمل کرتی ہیں۔

شیخ بنی کے عمل کے دوران ذیل کی شکایات پیدا ہو سکتی ہیں۔ بہر حال ان سے گھبراتا بالکل نہ چاہیے۔ یہ شکایات عارضی نوعیت کی ہوتی ہیں اور خود بخود ختم ہو جاتی ہیں۔

ابتداء میں آنکھوں سے پانی جاری ہو جانے کا۔ ہلکا سا درد بھی محسوس ہو گا۔ آنکھیں تنک جائیں گے نفاہت کی محسوس ہوگی۔

شیخ بنی کی جسم کی مشقوں کے لیے سب سے زیادہ موزوں وقت رات کا ہے جو سونے سے پہلے ہے۔ کیونکہ اس کی مشق کے بعد چٹائی اور جسمانی استراحت ہے حد ضروری ہے اس کی مشق کو

ابتداء میں چدرہ سینٹر سے شروع کر کے پانچ منٹ تک لے جائیں جب تصور کی قوت یکجا ہوتی نظر آئے تو پھر اس کا وقت ایک گھنٹہ تک بتدریج لے جائیں۔

مشقیں

مشق نمبر ۱:

ایک الگ تھک کرے میں آلتی پالتی مار کر بیٹھ جائیں اور اپنے سے دور اڑھائی فٹ کے فاصلے پر ایک موم چٹی روشن کر لیں۔

موم چٹی کی کو چٹائی کیسوی کے ساتھ چمک بجھ جائے بغیر مسلسل دیکھنا شروع کریں تھوڑی دیر تک اسی طرح دیکھتے رہنے سے آپ کو ایسا محسوس ہو گا جیسے رنگ برنگی کرنیں پھوٹ رہی ہیں موم چٹی کی کو کھڑی لڑ رہی ہے۔

روشنی کا اور ہالہ زیادہ پھیلتا جا رہا ہے اور جیسے جیسے موم چٹی کا ہالہ پھیلتا جا رہا ہے اسی کے ساتھ ساتھ ذہن میں موجود خیالات کا جھوم کم ہوتا جا رہا ہے۔

اب آپ کی شریانوں میں شاعروں کی تیز لہر محسوس ہونا شروع ہوگی اور سر میں کچھ گرانی سی پیدا ہو جائے گی ہلکا خرم موم چٹی کی کو میں کوئی تصور یا شبیہ نظر آنے لگے گی۔ شبیہ خواہ صورت یا ڈراوٹنی دونوں طرح کی ہو سکتی ہے۔

بہر حال آپ کو کوئی شکل نظر آنے سے آپ اس کو مسلسل دیکھتے رہیں اور ہر صورت نہ ہاریں چند ہی منٹوں کی مسلسل مشق کے بعد آپ محسوس کریں گے ذہن میں ایک سوئی پیدا ہو چکی ہے اور اب آپ کی توجہ میں ایک قوت پائی جاتی ہے۔

توجہ میں قوت پیدا ہوجانے کے بعد آپ طرح طرح کے حریت انگیز کارنامے سر انجام دے سکیں گے یہاں یہ بات واضح کر دی جاتی ہے کہ چنانچہ قوت توجہ ہی کی ایک ترقی یافتہ شکل کا نام ہے لیکن قوت توجہ صرف چنانچہ قوت کا ذریعہ ہی نہیں ہے بلکہ اس کا حلق اور اک اور رائے محاس سے بہت گہرا ہے۔

ابند از مشق:

شیخ بنی کی مشق ختم کر کے رات کو اپنے بستر پر دراز ہوں تو اپنے دل میں خود سے کہیں مجھے

اپنے آپ پر پورا پورا اعتماد رکھتے ہیں۔ میں جو حقیقتیں کر رہا ہوں ان سے سو فیصدی فائدہ اٹھاؤں گا۔

مشق نمبر 2:

مشق کر دین کر کے کسی میز پر اڑھا لیٹ کر کے فاصلہ پر رکھ دیں خود آرام کر لی مشق کے مین بالفاظ چندہ جائیں مضامین کو ڈھیلا چھوڑ دیں۔

گہری سانس لے کر آرام کی کیفیت پیدا کر لیں اس کے بعد پلک جھپکائے بغیر مکمل توجہ اور اٹھناک کے ساتھ مشق کی لوگوں کو شروع کریں مشق کی لو جھپکی ہوئی محسوس ہوگی آپ اپنی مشق کو جاری رکھیں۔

اب اس روشنی کی مختلف رنگوں کی دھنک آپ کے ذہنی افق پر نمودار ہوگی یہ عمل اس وقت تک جاری رکھیں جب تک سارا ذہن روشنی سے منور نہ ہو جائے گی۔

(نوٹ):

جو لوگ ظاہری آکھ سے مشق یعنی مشق صحیح طرح سے نہیں کر سکتے تو ان کو اپنے ذہن کو باطنی آکھ سے کام لینے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

مشق نمبر 3:

اس مشق میں اپنی آنکھیں بند کر کے اپنی باطنی آکھ سے یہ تصور کریں کہ آپ کے سامنے طلوع لائینڈ کی ایک سکرین ہے اپنی نظریں اس سکرین پر جمادیں بھر پور توجہ اور روشنی یکسوئی کے ساتھ اسے گھورتے رہیں اپنے ذہنی خیالات کو یکسو کر لیں اس پڑاؤ میں یہ مشق بھی اتنی ہی موثر ہے جتنی کہ مکمل آنکھوں سے ظاہر کی مشق یعنی۔

مشق نمبر 4:

یہ مشق کو یا سادگی (Yoga Meditation) یا کنول آسن (Locus pose) کہلاتی ہے۔

اس میں کرسی پر بیٹھنے کی بجائے زمین پر بیٹھا ضروری ہے اس کے لیے موسم ہن چلا کر تین فٹ کے فاصلے پر رکھ دیں اس کے بعد زمین پر کنول آسن کی شکل میں اپنی باطنی مادر کپٹھ جائیں اور اب مشق کی لوگوں کی لگا کر دیکھیں اور جب ضرورت محسوس ہو چکی ہے فک جھپکنے دیں اور جب مشق کی لو سے مختلف رنگ پیدا ہوں تو افکار مشاہدہ کریں اور جس وقت وہ پر اسرار رنگ ذہن میں اترنے لگیں آنکھیں بند کر لیں دونوں ہاتھوں کی احتیاطیوں آکھ پر رکھ لیں آنکھیں بند ہیں مشق کی لو کا کس آنکھوں پر جمائیں جیسے مشق آپ کے ذہن میں روشن ہوا اگر تصور سے مشق کی لو کو جو مل ہو جائے تو قوت ارادی سے کام لے کر اس تصور کو دوبارہ قائم کر لیں اس کے میں سینڈ بعد آکھ کنول دیں۔ ہاتھ آنکھوں پر سے ہٹالیں۔

خالص ہدایت:

اگر آپ اپنی آنکھوں میں تھکان محسوس کریں تو آنکھوں کو شینڈ سے پانی سے دھو لیں اس طرح آپ کو کافی آرام محسوس ہوگا۔

آفتاب جی:

کائنات میں سورج، روشنی، حرکت، توانائی اور حفاظت کا سرچشمہ ہے نصاب تعمیر و عظیم انصافیت میں سب سے زیادہ مشکل مشق سورج کو پلک جھپکائے بغیر نگاہ کر دیکھنے کی ہے اور اسی ہے اپنا احتیاطی سے مدافع اور بصارت کو شدہ نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے۔

مشق:

طلوع آفتاب سے تھوڑی دیر پہلے مشرق کی طرف منہ کر کے سیدھے کھڑے ہو جائیں منہ بند کر کے ناک کے سوراخوں سے سانس کو سینے کی طرف لائیں اور اس کو سینے میں روک لیں جب تک آسانی کے ساتھ سانس کو سینے میں روک نہیں پھر آہستہ آہستہ خارج کر دیں یہ سانس کا ایک چکر کھلائے گا اس کے بعد میں اسی طرح دوسرا اور تیسرا چکر پورا کریں ابتدا میں تین سانس کا چکر اس مشق کے لیے ضروری ہے اس سے انسان کے اندر بعض شے پیدا ہو جاتے ہیں جن کا ہر مشق کے ساتھ گہرا تعلق ہوتا ہے۔

دائرہ سا پچایا نظر آتا ہے اور اس میں بڑے عجیب و غریب ساوی اجسام نظر آتے ہیں۔
ماہ جنی سے چہرے کی رنگت بھی گھرتی ہے اعصاب ذہنریضوں پر بڑا اثر پڑتا ہے۔

آئینہ بنی:

ارتکا زتوجہ کے لیے یہ مشق آئینہ پر پلک چمکا کر دیکھنے سے کی جاتی ہے۔

مشق:

بغیر صبح کے صاف آئینہ لیں اور آئینہ کو دیکھنے کے لیے سیاہ غلاف استعمال کریں مخصوص کرے میں کم سے کم روشنی ہو مکمل تاریکی نہ ہو کر دھندلا اور نہ ہی زیادہ گرم ہونا چاہیے۔
آئینہ کو میز پر رکھ دیں اس کے پچھلے طرف سیاہ رنگ کا پردہ ہواں پر مناسب روشنی پڑتی ہو دیواروں پر بھی پردے گرے ہوئے ہوں کرے میں کسی طرف سے بھی کوئی بیرونی روشنی ذرہ بذر بھی داخل نہ ہونے پائے۔

کرسی پر اطمینان سے بیٹھ جائیں آئینے اور چہرے کے درمیان ڈیڑھ فٹ کا فاصلہ ہو اور ہری توجہ سے ذہن اس پر مرکوز کریں اور تسلسل قائم رکھیں آئینے کو آنکھیں پھاڑ کر نہ دیکھیں اس وقت آپ میں وقتی اور جسمانی تھکا دہرگز نہ ہونا چاہیے ابتدا میں آئینہ دھندلا دھندلا سا نظر آئے گا اس کا رنگ دھواہیاں میں تبدیل ہوتے ہوئے بتدریج سیاسی میں بدل جائے گا اور اس سیاہ نقطے میں آپ کو بڑے عجیب و غریب مناظر نظر آنے لگیں گے۔

ابتدا میں روزانہ ایک یا دو مرتبہ عمل کریں ابتدا میں دس منٹ سے زائد مشق نہ کریں اور آہستہ آہستہ مشق کے وقت میں اضافہ کرتے چلے جائیں۔

بلور بنی (Crystal Ball Mancy):

یہ مشق بھی صحنہ آئینہ بنی کی مانند ہے اس میں بلور جیسا صاف ستھرا گول گھڑا گیند نما استعمال ہوتا ہے۔

اب افق پر اس جگہ نظر کریں جہاں سے سورج نکل رہا ہو اور یوں محسوس کریں جیسے طلوع ہوتے ہوئے سورج کی توانائی آپ کے اندر جذب ہو رہی ہے اس بات کو دھیان میں رکھیں کہ سورج کو ٹھنکنا یا ٹھنکنا بڑا مشکل کام ہے چاہے وہ طلوع ہوتا ہوا آفتاب ہی کیوں نہ ہو حالانکہ اس وقت اس کی روشنی اتنی تیز بھی نہیں ہوتی آپ کے تصور کا سلسلہ بار بار ٹوٹ جائے گا لیکن آپ بار بار اس تصور کو قائم کریں۔

آفتاب بنی کی مشق صرف اس وقت تک کرنی چاہیے جب تک سورج کی روشنی ٹھنڈی اور اس کی چمک خوش گو اور فرحت بخش ہو جو فی شعاع آفتاب آنکھوں میں جیسے لگے مشق فوراً بند کر دینی چاہیے۔

یہ مشق طلوع آفتاب کے علاوہ غروب آفتاب کو بھی کی جاسکتی ہے پندرہ منٹ سے شروع کر کے رفتہ رفتہ 45 تا 50 منٹ تک اس کا دورانیہ بڑھا سکتے ہیں یہ بھی یاد رکھیں کہ ابتدائی چالیس یوم کا دورانیہ آپ کے جسم اور ذہن کو اس سے مانوس کرے گا اور تین ماہ کی مسلسل مشق سے اس کے اثرات ظاہر ہونا شروع ہوں گے۔

ماہ بنی:

ارتکا زتوجہ کی مشقوں میں سے یہ بھی ایک سرلیح الاثر مشق ہے اور اس سے انسان کے اندر روشنی پیدا ہوتی ہے۔

مشق:

کسی آرام دہ نشست پر بیٹھ کر چاند کے کسی نقطے یا دھبے پر نظر جمادیں آنکھیں نہ چمکیں اس مشق کا آغاز پندرہ منٹ سے کریں۔ اور ایک سال میں اس کا دورانیہ دینتے دینتے پچاس منٹ تک بڑھا دیں۔

چاند کو ٹھنکنا لگا کر دیکھنے سے چاند اور اس کے باطن کے درمیان ایک مٹا ہوا روشنی پیدا ہو جاتا ہے جوں جوں ماہ بنی کے دورانیہ میں اضافہ ہوتا جاتا ہے چاند کی کشش میں ترقی ہوتی جاتی ہے چہ ماہ کی مشق سے یہ نوبت آ جاتی ہے کہ اندھیرے میں روشنی کی شعاعیں نکلتی ہیں اور ہر شے کا

آبِ نبی (Hydero Mancy):

اس میں پانی کا گھاس یا کٹورے میں پانی بھر کر اس پر نگاہ بھائی جاتی ہے۔ اور اس طرح ارد کا توجہ حاصل کیا جاتا ہے اس میں بیٹے عری نالے یا دریا کو بھی ڈارگٹ بنایا جاسکتا ہے۔

نقطہ نبی (Point Mancy):

یہ بھی پور نبی یا آئینہ نبی کی مانند ہے اس میں کچھ سفید کاغذ پر سیاہ روشنی سے چنے کے برابر نقطہ بنا کر اور اس کاغذ کو کسی ایسی جگہ چپکا کر اس پر نظر بھائی جاتی ہے۔ عامل اور اس کاغذ کے سیاہ نقشے کے درمیان کم از کم تین فن کا غاصل ہونا چاہیے۔ جب اس پر ارد کا توجہ قائم کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو پھر آہستہ آہستہ اس سیاہ نقطے کو پہلے چونی برابر اور بعد میں انٹنی برابر کر دینا۔

اسم اللہ:

اس مشق میں نقطہ نبی کی طرح اسم اللہ پر ارد کا لکھا جاتا ہے سفید کاغذ پر سیاہ نیلے یا سبز رنگ میں اللہ لکھا جاتا ہے اور پھر اس میں ایک نام پر نظر کو رومانی کی پوری قوتوں کے ساتھ ذہن کو یکسو کر کے ارد کا لکھا جاتا ہے۔

رات کو سونے سے پہلے یہ معمول بنالیں کہ دس منٹ تک پوری ذہنی یکسوئی سے اللہ کے نقش پر نظر بھادی پہلے دو چار دن تو ذہن مختلف خیالات کی آماجگاہ بننا ہے گا چاندیم کے بعد پریشانی خیالی ختم ہو کر ذہن بالکل خالی ہو جاتا ہے آہستہ آہستہ اس نقطہ کے حروف میں روشنی پیدا ہونے لگتی ہے پندرہ دن کی مشق کے بعد اسم اللہ کا نقشہ نظروں سے اوجھل ہو جاتا ہے اور اس کی جگہ نورانی بان بننے لگتا ہے بعد میں کاغذ اور دریا نظروں سے اوجھل ہو جاتے ہیں اور ہر طرف روشنی عی روشنی نظر آنے لگتی ہے جس کا دائرہ دن بدن بڑھتا جاتا ہے اور پھر پورے کمرے میں اچالا ہو جاتا ہے آدھی رات کے بعد اعراسے میں یہ عمل شروع کیا جاتا ہے۔

ابھیر:

اس مشق سے غصہ وغیرہ حرکت میں آتا ہے اس کو قدیم رشیوں یوگیوں چلاکٹوں اور عصر جدید کے ماہرین نفسیات نے روح کا مرکز قرار دیا ہے۔

اس مشق کا طریقہ کار یہ ہے کہ کسی آرام دہ نشست پر بیٹھ جائیں کمر اور گردن و پشت کو ایک سیدھ میں لاکر آنکھوں کو ناک کی چونچ پر گاڑ دیں اور یہاں نظریں مرکوز کر کے یہ تصور کریں کہ ناک کی چونچ سے روشنی بھوت دہی ہے۔

یہ مشق دس یا پندرہ سینکڑے سے شروع کر کے رات کو رفتہ رفتہ اس کی مدت بیسٹالیس منٹ تک بڑھا دیں ہر روز ابھیر کے بعد آنکھوں کے ذیلیوں اور پتوں کو آرام دینے اور صحن کو دور کرنے کے لیے آنکھیں بند کر لیں اور دہائیں آگے کی پتلی کو پہلے داہنی طرف اور پھر بائیں طرف موڑیں اور اوپر نیچے گھمائیں۔ اس کے بعد بائیں آنکھ کو پہلے داہنی طرف اور پھر بائیں طرف موڑیں اور آگے کی پتلی کو اوپر نیچے گردش دیں اس مشق سے آنکھوں میں بڑی عطا فی قوتیں آ جاتی ہیں انسان آنکھیں ملا کر شیر ایسے خوفناک اور غے کو ذہن کر سکتا ہے۔

آنکھ کی:

یہ مشق بھی ابھیر کی مانند ہے اس مشق سے کشف کی صلاحیتیں بڑھ جاتی ہیں اس میں نظروں کو ناک کی نوک پر جمالیتے ہیں اور اس کے ساتھ ہی یہ تصور کیا جاتا ہے جیسے داغ میں بجلی کا بلب روشن ہو گیا ہے۔

اس مشق سے انسان کی ظاہری آنکھوں سے زمانہ و مکاں کے قیامات اٹھ جاتے ہیں اس مشق کو مراتب کے کسی بڑے ماہر کی نگرانی میں کرنا چاہیے وہی اس مشق کی مدت کا تعین کرے گا مشق سے فراغت کے بعد ہسٹریہ چٹ لپٹ جائیں اور جسم کو ڈھیلو چھوڑ کر آنکھیں بند کر لیں اور تصور قائم کریں کہ مرکز داغ میں بدلتی تصویروں سے اور یہ محسوس کریں کہ آپ بھی اس روشنی کا حصہ ہیں اور اسی احساس کے ساتھ سو جائیں۔

اس مشق کا کرنے والا انتہائی مرتلے میں اپنے آپ کو روشنی کے ہالوں میں تلفوظ پاتا ہے

باب نمبر 11:

ٹیلی پیٹھی کی اولین مشق

سب سے پہلے ذیل کی مشق اختیار کریں اور اس میں مہارت حاصل کریں۔ بقول ڈاکٹر ہوئے۔

اس مشق کے لیے ایسی جگہ کا انتخاب کریں جہاں بہت سارے لوگ بیٹھے ہوئے ہوں ایسی جگہ پر آپ کسی ایک آدمی کو اپنی مشق کے لیے منتخب کر لیں جس کی پشت آپ کی طرف ہو اب آپ اس بات کا پختہ ارادہ کر لیں کہ آپ اس شخص کو مجبور کر دیں گے کہ وہ محوم کر آپ کی طرف دیکھے۔

(نوٹ):

باور رہے کہ قبل ازیں آپ اپنی ارٹھکڑ توجہ کی مشقوں کی طرح اپنے خیال کی طاقت کو انتہا تک مرکوز کرنے کی طاقت اور قوت حاصل کر چکے ہیں۔

اس کے بعد آپ تصور کریں کہ آپ کی آنکھوں سے تیز روشنی کی شعاعیں نکل رہی ہیں آپ ان شعاعوں کو اس شخص کی پشت پر مرکوز کر دیں اور اب آپ یہ تصور کریں کہ آپ کی آنکھ سے نکلنے والی شعاعیں اس شخص کے دماغ میں بیوست ہوتی جا رہی ہیں جب آپ ایک سر جاس عمل پر مجبور حاصل کر لیں گے جب آپ اٹھ اٹھنا لیں۔

1۔ اب آپ ان شعاعوں کے ذریعہ اس شخص کے ذہن میں یہ پیغام دیں کہ وہ میری طرف محوم کر دیکھے۔

2۔ اپنی آنکھوں کو اس کے سر پر مرکوز رکھیں اور مسلسل یہ پیغام دیتے رہیں اس وقت آپ کے ذہن میں صرف یہی تصور ہونا چاہیے کہ آپ کی آنکھوں سے نکلنے والی شعاعیں آپ کا

اور جسم کے ایک ایک حصے سے ان روشنیوں کو نکلتا ہو محسوس کرتا ہے جیسے اس کے پورے جسم میں تیز روشنی کے بلب جل رہے ہوں اور تیز شد میں تو اسے یوں محسوس ہوتا ہے کہ اس کے جسم کے تمام حصوں میں خاص کر روشنی کے بہت بڑے بلب لگے ہوئے ہوں یہ حصے دماغ، دل اور ناف ہیں ماہرین نفسیات کے مطابق یہ تینوں مقام انسان میں کرشماتی و مجرانی قوتوں کا مرکز ہیں اور انکا توجہ اور استغراق ذات اور سانس لینے کی تمام مشقوں سے اعصابی نظام کے ان ہی حصوں کی پر اسرار قوتیں بیدار ہوتی ہیں۔

☆☆☆.....

اندازہ لگایا جاسکتا ہے۔

8۔ ابتدائی مختلف تصاویر سے کام لیں اور ان کے ذریعے دیئے گئے پیغامات کی وصولی کو جانیں اور پھر کھیں کہ آپ کے ترسیل پیغام میں ابھی کیا کیا خامی موجود ہے جو معمول آپ کا پیغام صحیح طور پر وصول نہیں کر پایا اس طرح آپ اپنی خامی کو دور کریں اور مسلسل مشق جاری رکھیں۔

یاد رکھیں مسلسل مشق سے آپ اس طرح پیغام بھیجے اور وصول کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔

جب پہلی مشق میں مکمل طور پر کامیابی حاصل ہو جائے اور آپ کامیابی کے ساتھ اپنا مکمل پیغام بھیجے۔ اور وصول کرنے کے اہل ہو جائیں تو اس کے بعد اگلا قدم اضافی تاکہ آپ حریہ کامیابی کی راہیں اپنے اوپر کھول سکیں۔

نئی ہمتی کا اگلا قدم ذہنی قوت سے مادی اشیاء کو حرکت دینے کا علم ہے جس کو ٹیلی ہمتی کی اصطلاح میں سائیکو کینس (Psycho kineses) کہا جاتا ہے۔

غیر معمولی حسی اور ایک کی تمام قسموں ہمارے وجدان (intution) کا بہت زیادہ دخل ہوتا ہے لیکن اس بات کا اعجاز نہ کرنا بے حد مشکل ہے کہ یہ کب کام کرتا ہے اس چیز کو معلوم کرنا ہی کامیاب ہے۔ اس پر آگے چل کر بحث کی جائے گی تاکہ آپ اس سے بھرپور استفادہ حاصل کر سکیں۔

ذہنی قوت سے کسی مادی چیز کو حرکت دینے اور اس پر عبور حاصل کرنے کے لیے یہ بات ہے ضروری ہے کہ آپ کی ذہنی قوت کا تعین کیا کرے؟

اگر آپ کی ذہنی قوت زیادہ ہے تو کامیابی کے امکانات بے حد روشن ہیں اور اگر ذہنی قوت کم ہے تو کامیابی بہت ہی مشکل ہے اس کے لیے سائیکو کینس کی مشقوں کی ضرورت ہے جس کے لیے آج وہ صفحات میں تفصیل دی جائے گی۔

اس مشق کو مشہور ماہر ٹیلی ہمتی ڈاکٹر ویکلیہ جوبز کرتے ہیں۔

9۔ آپ اپنے لئے کسی طرح ایک بے آرام بستر کا انتظام کیجئے یہ بستر ایسا ہونا چاہیے کہ آپ

پیغام اس کے ذہن تک پہنچا رہی ہیں۔

ابتداء میں اس کام میں کافی دیر لگ سکتی ہے لیکن مسلسل کوشش سے اس میں کامیابی حاصل ہو جائے گی کہ آپ دوسروں کو محسوس کرانی طرف دیکھتے پر مجبور کر دیں گے اس کے بعد دیگر ترغیبات کا مرکز شروع ہوتا ہے اور وہ کام اگلی مشق میں باقاعدہ مہارت سے حاصل ہوگا البتہ چھوٹے موٹے کام اسی مشق کی بدولت آپ اس سے لے سکتے ہیں۔

جب آپ ارتقا کی توجہ کی اس مشق پر مکمل عبور حاصل کر لیں تو پھر ذیل کی مشق اپنائیں تاکہ آپ نئی ہمتی کے ابتدائی مراحل پر عبور حاصل کر سکیں لیکن اس میں بے حد ضرورت کی ضرورت پیش آئے گی۔ اور آپ کو اس سے کام لینا ہوگا ٹیلی ہمتی کی اس اولین مشق کے لیے دو اشخاص کا ہونا لازم ہے۔ یعنی آپ بطور عامل جس کو ٹیلی ہمتی کی اصطلاح میں پیغام ارسال کرنے والا (Sender) کہتے ہیں اور دوسرا آپ کا وہ معاون جو پیغام وصول کرنے والا (Receiver) یا معمول ہوگا۔

مشق کی کامیابی کے لیے یہ بے ضروری ہے کہ ان دونوں کے درمیان قربت ہو یعنی دونوں یا تو ہمکناری ہوں یا باہر ایسے دوست جن میں جتنی ہم آہنگی موجود ہو۔

1۔ عامل اور معمول طبعہ و طبعہ ہر سکون سکون میں بیٹھ جائیں۔

2۔ کمر سے ایسے نبھیں جہاں شروٹ کا کھل اندر بیٹھ ہو۔

3۔ عامل اور معمول ایسے سکون کا انتخاب کریں جہاں وہ ہر لحاظ سے ایک دوسرے کی نظروں سے مکمل دور ہوں۔

4۔ اب عامل کو چاہیے کہ وہ ایک کارڈ کو ہاتھ میں لے کر اس پر اپنی کسی بھی شکل کو پوری توجہ اور اشتہاک سے دیکھنا شروع کرے۔

5۔ مسلسل دیکھتے ہوئے اپنے معمول میں اپنے ذہن کے ذریعے مسلسل اس پیغام کو دینے اور منتقل کرنے کی کوشش کریں۔

6۔ معمول جو پیغام وصول کرے اس کو ایک کاغذ پر نوٹ کرتا جائے۔

7۔ بعد میں اس کاغذ پر لکھے ہوئے پیغام سے اپنے پیغام کا موازنہ کر کے کامیابی کے حساب کا

1- اس مشق کے دوران کثرت سے غینہ کا غلبہ ہوتا ہے اور دماغ میں بھی تھکاوٹ کا احساس پیدا ہو جاتا ہے لیکن عامل کو ہر صورت میں بیدار رہنا چاہیے اور غنودگی دور کرنے کی ہر ممکن کوشش کرنی چاہیے اگر غینہ کا غلبہ ہو تو سوڑے سے آگھیں تر کر لیں آگھوں پر سوڈا لٹنے کے بعد فوراً آگھیں پانی سے دھو لیں اور آگھیں مکلی نہ رکھیں خیال کو جوں کا توں قائم رہنے دیں۔

2- یہ مشق روزانہ ایک گھنٹہ تک جاری رکھیں۔ اگر شروع میں ایک گھنٹہ تک جاری رکھنے میں مشکل پیش آئے تو نصف گھنٹہ سے شروع کر کے اسے بتدریج ایک گھنٹہ تک لے جائیں۔

3- اس نصف یا ایک گھنٹہ میں آپ پانچ منٹ تک خیالات کا نکات سے اخذ کریں گے اور پانچ منٹ تک خارج کریں گے اور اس کے بعد قدرے وقفہ کر کے پانچ منٹ تک خیالات کو اخذ کریں گے اور اس طرح بالترتیب اس عمل کو جاری رکھیں گے۔

4- صرف تین یا چار منٹ کی مشقوں کے بعد آپ جس شخص کا تصور بھی قائم کر کے اس مشق کو کریں گے تو آپ کے خیالات اس پر اثر انداز ہونے لگیں گے اور اس طرح آپ نئی دینی کے عملی میں کامیابی حاصل کر لیں گے۔

تیسری مشق:

یہ مشق دوسری مشق کی طرح ہی ہے لیکن اس میں ڈاکٹر روزن نے قدرے تبدیلی جمو جو یہ کی ہے ان کے مطابق۔

1- آپ اپنی آگھیں بند کریں بلکہ انہیں مکلی رکھیں۔
2- اپنی نظروں کے سامنے کسی شخص کا تصور رکھ لیں اور پھر سے تصور پر نظر میں جڑا کر اپنے خیالات کو آزاد چھوڑ دیں۔

3- اب یہ خیال قائم کریں کہ آپ صاحب تصور سے باتیں کرنا اور اس کے خیالات پر اثر انداز ہونا چاہتے ہیں۔

4- اب یہ تصور پیدا کریں کہ آپ کے ان خیالات کی لہریں تصوری شخص کے ذہن سے نکل رہی

اس پر آم سے گہری غینہ نہ ہو سکیں۔

2- جس کمرے میں آپ اس طرح کے بہتر انتظام کریں وہاں تازہ ہوا کی آمد کے لیے کھینچ کر بند ہو۔

3- آپ اپنا یہ بہتر اس طرح سمجھیں کہ جب آپ اس پر اپنی باقی ماندہ چیزیں جائیں تو آپ کا رخ شمال کی جانب ہوتا کہ شمال کی طرف سے چلنے والی مٹی لہریں کا آپ سے براہ راست تعلق پیدا ہو جائے۔

4- کمرہ مشق ہر قسم کے شور و غل سے پاک ہو مگر اس کو مسلسل قائم رہے۔

5- موسم جی کو روشن کر کے اس طرح دیکھیں کہ وہ آپ کے سر کے پیچھے چلتی رہے لیکن آپ کے سامنے آپ کا سایہ ہرگز موجود نہ ہو۔

6- آپ کے پیچھے کی پوزیشن یہ ہوئی کہ آپ بہتر پر تکلیف کے ساتھ نہیں گئے آپ کا رخ شمال کی جانب ہوگا۔ آپ کی پشت پر شمع روشن ہو کر پورے کمرے میں اتنی ہی روشنی کافی ہے۔

(چاندنی کی صورت میں شمع روشن کرنے کی ضرورت بالکل نہ ہے)
7- بہتر پر بیٹھنے سے قبل ایک سوڑے کی بول اور ایک گلاس ٹھنڈا پانی اپنے پاس رکھ لیں۔

8- سب سے پہلے اپنی دونوں آگھیں بند کر لیں دماغ کو ہر طرح کے دباؤ اور بوجھ سے آزاد کر لیں۔

9- آپ کے ذہن میں ہر طرح کے خیالات سنے چلے جائیں گے ان میں ہر طرح کی آوازیں مختلف قسم کے نظریات اور آراء طرح طرح کے اندیشے اور سوچے ہیں لیکن آپ کا دماغ ان میں سے کسی بھی خیال سے متاثر نہیں ہو رہا ہے البتہ ان سب کو ایک جگہ جمع کرتا چلا جا رہا ہے۔

10- تقریباً پانچ منٹ تک آپ اپنے ذہن میں یہی خیالات اور تصور قائم رکھیں۔

11- اب یہ خیال پیدا کریں کہ اب آپ کے ذہن میں ان تمام خیالات کا مجموعہ بالکل اسی طرح ہے جیسے پانی کی لہریں جبرجستہ پڑاؤ کی صورت میں چھینکتی ہیں۔

ہیں اس تصور کو دیکھ کر قلم نگار جب تھک چائیں تو مشق بند کر کے سو جائیں۔

چوتھی مشق:

- 1۔ حاملہ اپنی آنکھیں بند کر کے کسی موبہم نقطہ پر اپنی نظریں جمادے۔
- 2۔ اس موبہم نقطہ کو مارے بصرات نظر سے دیکھے اور اپنے ذہن میں یہ خیال قائم رکھے کہ اس موبہم نقطے کی معرفت آپ دنیا کی ہر ذی روح سے بذریعہ خیالات مخاطب ہو سکتے ہیں اور اس کے خیالات اخذ کر سکتے ہیں۔

نیل دھچی کے عملی تجربات:

اس امر کا اندازہ لگانے کے لیے کہ آپ نیل دھچی کی عملی مشق میں کہاں تک کامیاب ہوئے ہیں۔ اور آپ اس وقت کس منزل پر ہیں اس کے لیے سب سے ضروری بات یہ ہے کہ آپ کو اپنی بیان کردہ تمام ابتدائی ترقی مشقوں میں مکمل مہارت حاصل ہونا چاہیے اس کے بعد ذیل کی مشقوں کے ذریعہ اپنی قوت کی پوداشت کا بخوبی اندازہ لگائیں اور پھر آگے کی طرف قدم بڑھائیں اسی میں آپ کی بہتری اور کامیابی کا راز پوشیدہ ہے۔

مشق نمبر 1:

- 1۔ جب بھی نیل فون کی گھنٹی بجے تو فوراً دیکھو نہ اٹھائیں ایک لمبہ فیکر کھنکھناتے ہوئے والے کا تصور کریں۔
 - 2۔ اپنی قوت ادراک کے ذریعے اس گھنکھناتے ہوئے ذہن میں پیدا ہونے والے فیکر کو کس کا ہے اور کون کر سکتا ہے۔
 - 3۔ اس بارے میں زیادہ وضاحت میں نہ آجائیں صرف فیکر کریں کہ وہ خاندان کے افراد میں سے ہے یا شاسا میں سے کوئی ہے۔
 - 4۔ پھر ذہن جو فیکر کرے اس کی تصدیق کے لیے دیکھو راتھا کر بات کریں تاکہ پتہ چلے کہ کون ہے۔
- نوٹ: اس قسم کے تجربات سے آپ کو محسوس ہوگا کہ آپ کے نتائج بہتر ہو رہے ہیں اور اس

شرح آپ کی نفسی صلاحیت عام آدمی سے بہت زیادہ بڑھ جائے گی۔

دوسرا مرحلہ:

- 1۔ اس بات کو جاننے کی کوشش کریں کہ فون مرد نے کیا ہے یا عورت نے؟
- 2۔ اوپر کی طریقہ کے مطابق (II) اور (III) مرحلوں سے گزر دیں۔
- 3۔ پھر ذہن جو فیکر فیصلہ کرے اس کی تصدیق کے لیے دیکھو راتھا کر بات کریں کہ کون بات کر رہا ہے تاکہ تصدیق ہو سکے۔

تیسرا مرحلہ:

یہ معلوم کرنے کی کوشش کرنا کہ فون کرنے والے کی ذاتی کیفیت کیا ہے اور اس نے کیوں فون کیا ہے؟ اس کے لیے بھی اوپر کی بیان کردہ طریقہ اختیار کریں اور اپنے فیصلے کو آزمائیں کچھ روزوں بعد اس مشق سے آپ فون کرنے والے کا صحیح تصور اس کی شخصیت کی شناخت اور اس کا سوڈ اور اس کے فون کرنے کا مقصد معلوم کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔

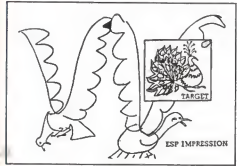
مشق نمبر 2:

یہ مشق کسی کو شریک کار بنا کر کرنے کی ہے اس لیے اس میں اس مرد یا عورت کو منتخب کریں جس کے ساتھ ذاتی رابطہ ہو اور قریبی تعلق بھی ہو اس کے بعد یہ فیصلہ کر لیں کہ آپ پانچ دن تک نیل دھچی کے بیانات ارسال کرتے رہیں گے۔

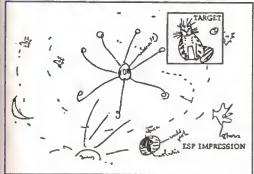
پھر اپنے ذہن کو ان بیانات کے وصول کرنے کے لیے تیار کریں فرض کریں کہ شوہر اپنے دفتر میں اور بیوی گھر میں کام کر رہی ہے بیوی کو خیال آتا ہے کہ اسے تھی اور اخذوں کی ضرورت ہے شوہر راتھی پر یہ چیزیں لیتا آئے۔

یہ پیغام فوری طور پر عملی ضرورت سے تعلق رکھتا ہے اس لیے اس کو کاروباری ایس ایم (preg Meticesp) کہا جاتا ہے اس کی دوسری صورت یہ ہے کہ شوہر اپنی بیوی کو نیل دھچی کے ذریعہ یہ خاص خاص کمانے کی فراہمی کرنا ہے ایسی صورت میں اس بات کا ضرور خیال رکھیں کہ پیغام اتنا ہی ارسال کیا جائے کہ بیوی کھانا تیار کر سکے۔

تصویر نمبر ایک: ٹارگٹ کی تصویر لاور وصول کرنے والی کافر ق



تصویر نمبر 2: ٹارگٹ کی تصویر لاور وصول کرنے والے کافر ق



مشق نمبر 3:

کسی ایسے فرد کے ساتھ دینی رابطہ قائم کرنے کی کوشش کریں جس کے ساتھ کچھ کم قربت ہو
اب آپ اس شخص کو خلی دھچی کے ذریعہ پیغام دیں کہ وہ آپ سے خلی فون پر گفتگو کرے مگر یہ
آپ کی طرف سے کریں گے۔
اس کے لیے کسی پرسکون جگہ پر بیٹھ کر کارڈ قوجہ کی کیفیت اپنے اندر پیدا کریں اپنے ذہن کو
لامتہر خیالات سے پاک کریں۔
اب جس شخص کو پیغام دینا ہے اس کا تصور کریں اور پوری قوجہ کے ساتھ تصور کریں جیسے وہ
آپ کے سامنے بیٹھا ہوا ہے۔
اب اس شخص کو دینی طور پر پیغام دیں کہ وہ آپ سے فون پر بات کرے کمزری میں وقت
میں اس کو پیغام مسلسل دیتے رہیں اور اپنے ذہن سے پیغام ختم کرتے رہیں۔
خلی دھچی کو روحانی تعلیم کا نام اس لیے دیا گیا ہے کہ اس میں دینی رابطہ قائم کر کے گفتگو کی
ہوتی ہے۔

اب یہ تصور کریں کہ وہ شخص جس کو آپ نے پیغام دیا ہے وہ یاد رکھتا ہے کہ آپ کا نمبر ملتا ہے
اور آپ دیکھیں گے کہ حیرت انگیز طور پر آپ خلی دھچی بشریہ موثر ثابت ہوگا۔

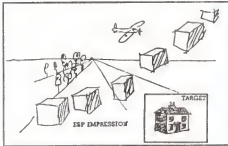
نوٹ:

اپنی خلی دھچی کی صلاحیت کو بے حد پروان چڑھانے کے لیے یہ مشقیں بے انتہا موثر اور
فایدا بخش ثابت ہو چکی ہیں۔

مشق نمبر 4:

ایک پرسکون کمرے میں بیٹھ جائیں اب آپ کسی پرندے کی تصویر کے ارے نظروں کے
مائل رکھیں اور اپنی پوری قوجہ اس پر لگا دیں اور اس پرندے کو دیکھنا شروع کر دیں۔
کسی اور طرف ہرگز نہ دیکھیں پرندے کے متعلق کوئی اور خیال ذہن میں نہ لائیں قوجہ پوری
دراپا پرندے پر رکھیں اس کی بناوٹ اس کے بال و پر کو ذہن میں نقش ہونے دیں پھر جب آپ

تصویر نمبر 3۔ ٹارگٹ کی تصویر اور وصول کرنے والے کا فرق



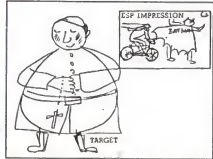
تصویر نمبر 4۔ ٹارگٹ کی تصویر اور وصول کرنے والے کا فرق



یہ محسوس کریں کہ آپ بالکل اس تصویر میں محسوس ہو گئے ہیں اور تصویر آپ میں سرایت کر چکی ہے اور آپ سمجھیں بند کر لیں۔

تصویر کو ذہن میں رکھتے ہوئے اس کے نقش و نگار کو ذہن میں پھیلنے دیں یہاں تک کہ وہ سارے ذہن میں سما جائیں تو اسے دوسری جگہ چھپے ہوئے ماحول کے پردہ ذہن پر منعکس کر دیں بالکل اسی طرح چھپے فلم کا پردہ جیسٹ تصویر کو پردے پر منعکس کر دیتا ہے۔ معمول فوراً اس تصویر کو موصول کرے گا۔ ٹیلی جنسی کی انتہائی صلاحیت حاصل کرنے میں یہ مشق بے حد مدد و معاون اور مفید ترین ہے۔

تصویر نمبر 5۔ ٹارگٹ کی تصویر اور وصول کرنے والے کا فرق



لے ملائد کل میرے والد

سائیکو کینس یا وجدان (Psycho kines):

ایک ایسا عمل خلیہ بتیسی جس میں وقتی رو سے مادی اشیاء کو حرکت دی جاتی ہے اور اس لفظ کے لیے مختلف لفظی لپی کے (PK) استعمال کیا جاتا ہے۔

انسان کی حسی اوراک کی تمام اقسام میں وجدان یا اوراک کو بے حد دخل حاصل ہے اس بات کا اندازہ کرنا اگرچہ سبب حد مشکل ہے کہ ہمارا وجدان کب کام کرتا ہے اور کب نہیں اس لیے اس پر انحصار کرنا اتنا ضروری نہیں ہے کیونکہ ہوسکتا ہے کہ وجدان کی عدم موجودگی میں خلیہ بتیسی تجربہ شاید مکمل طور پر کامیابی سے اسے انکار نہ ہو سکے مابہرین کے مطابق ”یہ ایک وقتی رو ہے“ کوئی سائنس دان یا انٹر اس وقت تک سائنسی ایجاد یا ایجاد ادب پیش نہیں کر سکتا جب تک اس میں اس لپ سے متعلق امور کا اوراک اور وجدان پہلے سے موجود نہ ہوگا۔

اس کی مثال اس طرح ہے کہ:-

ایک سائنس دان اپنے تجربات میں معروف ہے معاشا کے ذہن میں ایک خیال ابھرتا ہے اور اس سے اس کے ذہن میں بجلی کی سی چمک پیدا ہو جاتی ہے خیال کا یہ کونسا کہتا ہوتا ہے کہ اگر اس تجربے کو اس طریق کی بجائے دوسرے طریق سے کیا جائے تو اس سے مطلوبہ نتائج حاصل کئے جاسکتے ہیں۔ چنانچہ وہ اس تجربے کو نئے طریقہ سے دہراتا ہے اور اپنی من پسند کے نتائج حاصل کر لیتا ہے۔ اور اس کی واضح مثال مشہور انعام یافتہ سائنسدان آئن سٹائن کا ”نظریہ اضافت“ ہے وجدان کی تحریف کچھ یوں کی جاسکتی ہے۔

”ذہن انسانی کی وہ تیز لہر جو ہر وقت اور بالکل اچانک کسی ذہن میں بہہ چلتی ہے اور اس کو کچھ طور پر کسی بات سے باخبر کر دیتی ہے۔“

اس کا تعلق انسان کے غور و خوض اور فکر سے قطعی نہیں ہوتا چونکہ انسان کے دماغ میں گروڈل خلیات (Cells) موجود رہتے ہیں اور یہ طے طاقور شعاعیں پیدا کرتے ہیں وہی وجدان کہلاتی ہیں یاد رکھیں کہ ”شاید جذباتی متفرق اور مبر پر ذہانت کے ساتھ کوئی عمل کرتا ہی اہانت ہے جذباتی انہماک کے ساتھ کیا کیا عمل وجدانی کیفیت کا حامل ہوتا ہے“ وجدانی انہماک

سے ذہن سے ابھرنے والی برقیاتی ردیابریں کے مطابق کچھ اس طرح ہے۔

اس ذہنی برقی ردیابریں بڑی قوت ہوتی ہے جب آپ اس ذہنی قوت کے ذریعے کسی بھی شے کو حرکت دینے کی کوشش کرتے ہیں تو کامیابی کا انحصار اس بات پر ہوتا ہے کہ آپ کے ذہن میں اس وقت کس قدر توانائی موجود ہے اگر یہ توانائی زیادہ ہے تو کامیابی ملدہوتی ہے ورنہ اپنے اندر اس کی صلاحیت پیدا کرنے اور ابھارنے کے لیے بے حد مشقوں کی ضرورت درپیش ہوتی ہے جس کے بغیر ایک نو آموز طالب خلیہ بنی اس علم کی انتہا کی طرف آسانی آئے نہیں بڑھ سکتا۔
جامعہ اردن میں بھی اسی وجدان ہی کی بدولت انہیں مستقبل قریب میں فزکس آنے والے واقعات کا قائل ازدقت علم ہو جاتا ہے اور وہ اپنی حرکات و سکنات اور شروع سے انسان کو مطلع کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ذیل میں وجدان (Psychokenises) کے لیے ذیل کی مشقیں تجویز کی جاتی ہیں تاکہ خلیہ بنی کے اس مرحلہ پر آپ ادنیٰ اشیا کو خیالات کے ذریعہ پائیں۔

مشق نمبر 1:

- 1- شیشے کا ایک گلاس اور چائے کی رکابی لیں۔
- 2- سرکٹ کے دو تھیں کو کاغذ کی ٹٹی جسے عرف عام میں مڑا کہا جاتا ہے کے ذریعہ بہت آہستہ آہستہ گلاس کی تھیں ڈال دیں۔
- 3- اب گلاس کو چائے کی رکابی سے ڈھک دیں دھواں گلاس کی تھیں میں چند لمحوں تک جمائے گا۔
- 4- اب آپ ذہن کو پوری طرح اس دھواں پر لگا دیں اور اسی اشتہاک اور توجہ کے ساتھ دھوئیں کو اپنی عقادت سے حرکت دینا شروع کر دیں۔
- 5- اس دھوئیں کو اپنی ذہنی قوت سے کبھی گلاس کے درمیان اور کبھی سطح پر لانے کی کوشش کریں۔
- 6- بتدریج کوشش سے یہ دھواں آپ کے ذہن کے اشاروں پر حرکت کرنے لگے گا۔

مشق نمبر 2:

- 1- اس مشق میں کسی سفید کاغذ پر کسی بھی جانور یا پرندے کی تصویر بنا کر مائل کیا جاتا ہے۔
- 2- کسی چھانچ مائل کاغذ پر آپ مور کی تصویر بنائیں۔
- 3- اپنی بوری ذہنی توجہ کے ساتھ مور کو کھم دیں کہ وہ اپنے پتے پر بچلائے۔
- 4- جب آپ اس مائل میں کامیاب ہو جائیں تو پھر مور کو کھم دیں کہ اپنی دم کو بچلا کرنا ہے (جیسا کہ مور نامور دچٹا نظر آتا ہے)
- 5- مسلسل مشق اور ریاضت سے کاغذ پر موجود آپ کے کھم پر دم بچلا کرنا چٹا شروع کر دے گا۔

مشق نمبر 3:

- 1- ایک گلاس میں پانی بھر لیں پانی کی سطح کناروں سے چمک رہے۔
- 2- گلاس کے منہ پر پارک بلاسٹک فلم کا ایک ٹکڑا رکھ دیں ٹکڑا رکھے سے پہلے اس کے نیچے ایک سوئی رکھ دیں۔
- 3- پانی کی سطح اٹکی ہو کر سوئی پانی اور بلاسٹک کے درمیان چمکی رہے اور اوپر سے آپ کو نظر آتی رہے۔
- 4- اپنی تمام توجہ سوئی پر مرکوز کر دیں اور اسے اپنی مرضی کے مطابق حرکت دینے کے لیے اشارہ کریں۔
- 5- جب آپ کی قوت کام کرنے لگے تو سوئی آپ کے ذہنی اشارے پر حرکت کرے گی۔

مشق نمبر 4:

- 1- اس مشق کو ڈاکٹر ابن روکر نے نے تجویز کیا تھا اور بڑی حد تک نئے جلتے نشانہ کی شکل میں کامیاب نتائج حاصل کئے تھے۔
- 1- تاش کے چوں کی مانند سفید اپوری کارڈ پر تصاویر بنائیں یا فوٹو شپٹ کر والیں۔
- 2- اب ایک سادہ کاغذ پر ایک سے پچیس تک نمبر ڈالیں۔

3- اب علاقہ مشرقی نشانوں والے کارڈوں کو اچھی طرح ملا لیں اور ان کی گڈی ہٹا کر اٹا کر کے سامنے رکھیں۔

4- اب پوری توجہ اور یکسوئی سے سوچیں کہ سب سے اوپر والے کارڈ پر کون سا نشان یا تصویر بنی ہوئی ہے اب ذہن جو بھی فیصلہ کرے اس کے مطابق اس کارڈ کے مجوزہ نشان کو نمبر ایک کو آگے نوٹ کر لیں۔ اور کارڈ کو اپنی حالت میں ایک طرف رکھ دیں تاکہ اس پر نظر نہ پڑے۔

5- اب باری باری ہر کارڈ کے ساتھ اس عمل کو دہرائیں جب تمام کارڈ زخم ہو جائیں تو ایک ایک کارڈ کو الگ کر دیکھتے جائیں اب ان نمبروں کے کل درست نشانے سے اندازہ کریں کہ آپ کتنے فی صد ٹیلی ہسپتال میں کامیاب ہو چکے ہیں۔

مختلف اوقات میں اس عمل کو بار بار دہرائے سے سو فیصدی نتائج حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے۔

دوران ریاضت پیدا ہونے والی اعصابی کیفیتوں پر قابو پانے کے طریقے۔

دوران ریاضت اکثر عضلاتی ٹیس میں خرابی کی نشاندہی ہوتی ہے جس سے ٹیلی ہسپتال میں کیے والا اکثر غمیرا جاتا ہے اور اس کو اپنی ناکامی تصور کرنے لگتا ہے ایسی صورت میں اس سے غمیرانے کی قطعی ضرورت نہ ہے البتہ ڈیل کی مہنتوں سے اس پر بخوبی قابو پا کر اپنے آپ کو مزید محفوظ بنا سکتا ہے اور فن کی بلندیوں کو چھو سکتا ہے۔

مشتق نمبر 1:

- 1- دونوں بازو کھینچو سے موڈ کر ڈالیں گڈی پر رکھ لیجئے۔
- 2- سر میں خم پیدا کرتے ہوئے پیچھے کی جانب جب تک جاسیے جھکنے کی صورت میں آپ کا جسم خمیدہ ہوگا۔

نوٹ:

اس مشتق میں شروع شروع میں کافی تکلیف محسوس ہوگی جس پر قابو پانا مشکل ہوگا مگر مشق

کیفیت بھی طاری ہو سکتی ہے لیکن ثابت قدم رہنے سے آخر کار یہ تمام تکلیفیں ختم ہو جائیں گی۔

3- ابتدا میں اس مشتق کو چھریکھڑ سے شروع کر کے بتدریج بڑھاتے جائیں اور انتہا کی حد تک بڑھائیں۔

4- یہ مشتق کسی بھی وقت کی جاسکتی ہے اور جب تک چاہیں اسے جاری رکھ سکتے ہیں۔

مشتق نمبر 2:

- 1- آپ اپنی دونوں ٹانگوں کے دوران کوئی ایک فٹ کا فاصلہ رکھتے ہوئے کھڑے ہو جائیں۔
- 2- آپ کی پوزیشن یا بالکل سیدھی ہونی چاہیے۔

3- چھریکھڑ کے بعد آپ کے جسم پر کچھ طاری ہو جائے گی اور پچھلے دیکھنے لگیں گے اس بات کی قطعاً پروا نہ کریں اسے برداشت کر لینے کے بعد آپ کو ہر تک سیدھا کھڑا رہنے کی عادت ہو جائے گی یہ بات خاص کر ذہن نشین رہے کہ دماغ کے اشتراک میں سب سے بڑی وجہ عضلاتی حرکات ہوتی ہیں۔

جب آپ کے عضلات تجزی سے متحرک ہوتے ہیں تو دماغ بھی منتشر ہونے لگتا ہے لیکن جب تمام عضلات امن و سکون کی حالت کے ساتھ حرکت پذیر ہوتے ہیں تو دماغ اس سے زیادہ متاثر نہیں ہوتا بلکہ ایسی حالت میں بے حد سکون محسوس کرتا ہے۔

مشتق نمبر 3:

- 1- ہمز پر چٹ لیٹ جائیں۔
- 2- اپنے ہاتھوں کو اس طرح پھیلا لیجئے جیسے کسی مرد کے ہاتھ گھٹنوں تک پھیلا دیے جاتے ہیں۔
- 3- دونوں ٹانگوں کے بیچوں کو بھی برابر برابر اسی طرح جوڑے رکھیں کہ گھٹنے آپس میں ایک دوسرے سے ملے رہیں۔
- 4- اپنے سر کے نیچے کوئی ٹکید رکھ لیں اور پوری طاقت سے سانس کھینچ کر سیز میں روک لیں۔
- 5- اسی طرح سانس کو تسلسل روکتے ہوئے اپنے دھڑ کو کسی سہارے کے بغیر کر کے قریب لے جا کر اسی طرح آہستہ آہستہ اوپر اٹھائیں کہ آپ کا سر پشت کی جانب جھکا رہے۔

- 6۔ اب آپ اس حالت میں اٹھ کر بیٹھ جائیں اس مثنیٰ سے آپ کی چند لیوں اور ہنوں میں کچھ تکلیف ہوگی۔
مگر جب آپ اسے برداشت کر لیں گے تو رفتہ رفتہ آپ اپنے دماغ کو پہلے کی نسبت کافی ہلکا ہلکا محسوس کریں گے۔

مثنیٰ نمبر 4:

- 1۔ بستری روانی کرٹ لیٹ جائیں سر کے نیچے کی ٹکڑی رکھیں۔
- 2۔ چار پانی کی سطح ہموار ہونی چاہیے اس میں کوئی جھول نہ ہو تو زیادہ بہتر یہی ہے کہ تخت یا ہموار فرش پر یہ مثنیٰ کی جائے۔
- 3۔ دافی کرٹ لیٹنے کے بعد اپنے دونوں بازو اس طرح سینے پر پھیلا لیں کہ آپ کے دائیں ہاتھ کا پنجہ اس طرف آ جائے۔
- 4۔ اب آپ اپنے پنجوں کو مضبوطی کے ساتھ کمر پر ٹکا کر چٹ لیٹ جائیں مگر یہ خیال رہے کہ آپ کا ہاتھ اپنی جگہ سے ادھر ادھر نہ ہٹے پائے۔
- 5۔ اب اس حالت میں کلیوں کے کل بیٹھ جائیں لیکن انھیں اپنی جگہ مضبوطی سے تھماریں۔
- 6۔ کنگھی شروع ہونے پر اس کو روکنے کی کوشش کریں۔
- 7۔ آٹھ سیکنڈ تک اسی حالت میں رہنے کے بعد پھر اس پوزیشن میں لیٹ جائیں اس مثنیٰ کو جتنی دہرائیں جاری رکھ سکتے ہیں اس کے وقت میں کوئی پابندی نہیں ہے۔

مثنیٰ نمبر 5:

- 1۔ ایک گلاس پانی بھر لیں پھر اس گلاس کو دائیں ہاتھ کی انگلیوں پر رکھ لیں۔
- 2۔ اب بازو کو آگے کی طرف تان لیں اس صورت میں آپ کا ہاتھ کان پر رہا ہو لیکن آپ کو اس کی پکاپاٹ پر قابو پانا ہوگا۔ کیونکہ اس کی وجہ سے آپ کے خیالات میں انتشار پیدا ہوگا۔
- 3۔ اس مثنیٰ کو ابتدا میں دس سیکنڈ سے شروع کر کے اس کا دورانیہ بتدریج دس منٹ تک بڑھا دیں تاکہ آپ اپنی پکاپاٹ پر بخوبی قابو پائے اس کا مایاب ہو جائیں۔

- 4۔ اب گلاس پر نظر کریں جہاں کی مثنیٰ کریں پانی کو غور سے دیکھتے رہیں اور اپنی تمام وقتی اور جسمانی قوت سے کام لے کر اس پانی کی لڑائی کو دور کریں۔
- باور رہے کہ جب تک آپ کے ہاتھ میں ذرا بہا رہی لڑائی رہے گی پانی کی لڑائی ختم نہ ہوگی۔
- 5۔ اب گلاس والے ہاتھ کو حرکت دے کر دائیں شانے کی طرف لے جائیں اور اس بات کا خیال رکھیں کہ پانی میں کوئی لڑائی پیدا نہ ہونے پائے۔
- 6۔ اب آہستہ آہستہ اپنے ہاتھ کو شانے تک لے جائیں۔
- 7۔ آپ کی نظر مسلسل پانی پر ہی جمی رہے۔
- 8۔ اب آپ اس ہاتھ کو اسی طرح آہستہ آہستہ واپس لے جائیں اور اسے عمودی لکیر کی طرح اپنی آنکھوں کے سامنے رکھیں لیکن آپ کی گردن اپنی جگہ قائم رہے وہ گلاس کے ساتھ گھومنے نہ پائے لیکن آپ اپنی چپٹوں کو ہٹم خانوں میں حرکت دیتے رہیں اس صورت میں آپ کی آنکھیں سخت دھلتی کریں گی لیکن آپ کو اس دھلت پر قابو پانا ہوگا۔

مثنیٰ نمبر 6:

- 1۔ گلاس کو اپنے دائیں ہاتھ کی انگلیوں پر رکھ لیں اور پھر اپنے ہاتھ کو گھما کر آہستہ آہستہ پیچھے کی جانب لے جائیں لیکن اس بات کا خیال رہے کہ آپ کی گردن اپنی جگہ مضبوطی سے قائم اور سیدھی رہے اگر کسی موٹی حالت میں ہرگز نہ رکھیں۔
- 2۔ آنکھوں کو اپنی جگہ قائم رکھتے ہوئے نظر گلاس کے پانی پر جمائے رکھیں۔
- 3۔ گلاس کا پانی ٹپٹنے نہ پائے آپ اپنا ہاتھ جلد رفتہ رفتہ پیچھے کی سمت لے جائیں۔
- 4۔ اب آہستہ آہستہ واپس اپنی جگہ پر لائیں لیکن بڑی احتیاط سے۔
- 5۔ آپ اپنے ہاتھ کو دس سیکنڈ تک سیدھا اور سامنے کی جانب رکھیں۔
- 6۔ اس کے بعد آہستہ آہستہ پہلے دائیں طرف اور پھر دائیں طرف اپنے ہاتھ کو گھمنا شروع کر دیں۔

7۔ اس مشق کو ایک گھنٹہ تک کریں۔

یاد رہے کہ موزوں ترتیب کے بغیر ہمارا دماغ پوری طرح کام نہیں کرتا اس لئے جب بھی بستر پر لیٹیں تو خود احکام کے ذریعہ اپنے خیالات اور احساسات کو ایک نقطہ پر لے جاتے ہیں اس طرح پوری توجہ کی کیفیت دماغ میں پیدا ہو جاتی ہے۔

مشق نمبر 7:

- 1۔ کسی ایسے ذریعے یا طریقے سے لیٹیں یا بیٹھیں جس سے آپ کو آرام ملے اس طرح چہرہ منہ تک ہاتھ یا خاموشی سے لیٹے یا بیٹھے رہیں۔
- 2۔ دماغ سے ہر طرح کے خیالات خارج کر دیں کسی کوئی کھٹکشی میں نہ پڑیں۔
- 3۔ اس مشق سے کوئی فرصت اور آسودگی حاصل ہوگی اور نیل بیجی کی تمام ریاضتوں میں بے حد مددگار ثابت ہوگی۔

☆☆☆

باب نمبر 12:

نورانی بیجر

(Etherical Body)

لطیف ترین مادہ کی طاقت ور لہریں بیکراں کائنات میں ہمیشہ بہتی راتی ہیں اس انرجی کو سائنس کی اصطلاح میں ایٹھر کہا جاتا ہے ایٹھر کی تین قسمیں اور الگ الگ رنگ ہیں۔

1۔ یکہادی ایٹھر:

اس کا رنگ سبز ہوتا ہے جس سے مراد مختلف رنگوں کا نمایاں گھس ہوتا ہے۔

2۔ لائیت ایٹھر:

اس کو نورانی ایٹھر کہا جاتا ہے اس کا رنگ گہرا نارنجی یا سنہرا ہوتا ہے نارنجی رنگ مدقوق اور سنہرا رنگ خود پوشندی کی علامت ہے۔

3۔ لائیت ایٹھر:

اس کا رنگ چمکا نیلیوں یا آسمانی ہوتا ہے یہ روحانیت کی علامت ہے اور اپنے اندر ہر اسراریت رکھتا ہے۔ سائنس دان ایٹھر کو "کیلڈ آف فورس" کا خطاب دیتے ہیں یہ مادے کی انتہائی لطیف ترین صورت ہے۔

چونکہ مادے کی دیگر اقسام سیال، ٹھوس، گیس کے مقابلے میں یہ انتہائی لطیف مادہ ہے اس لئے سائنس نہ تو اس کا اقرار کرتی ہے اور نہ ہی انکار یہ نوکری شکل میں ہوتا ہے اگر اس کی فوری حیثیت کو تسلیم کرنے سے انکار کیا جائے تو پھر ہم قدرت کے بعض خصوصی پہلوؤں کے علم سے محروم رہ جاتے ہیں۔ انسان کا مادی جسم بھی اپنی تین جاتیں ٹھوس، شکل، پرچھائیں یا سایہ کی شکل

اور اشعری یا نوری جسم رکھتا ہے جو اگرچہ بظاہر نظر نہیں آتا لیکن کبھی کبھار شعاعوں کی شکل میں بخول
نظر آتا ہے۔

روحانیت کی دنیا میں نورانی بیکر جتنا نمایاں ہوتا جاتا ہے اتنی ہی زیادہ روحانیت بڑھتی چلی
جاتی ہے انسان کے اس نفس یا روحانی بیکر کو ماہرین نے "سزول پرڈیکشن" (Oestral
projection) کا نام دیا ہے۔

ماہرین کے مطابق جب ہمارا شعور معطل ہو جاتا ہے تو اس وقت یہ نورانی بیکر ہمارے جسم
سے ٹھہرہ ہو کر عجائبات عالم کی سیر کو نکل جاتا ہے چونکہ یہ بیکر انسانی جسم سے تعلق رکھتا ہے اس کی
وجہ سے ہمارا شعور بھی اس کی آوارہ گردی سے کچھ نہ کچھ متاثر دیکھ لیتا ہے جو غیب دانی کے
دعرے میں آتے ہیں بعض لوگ اس نورانی بیکر کو ہم زائد القاب دیتے ہیں۔

اگر آپ نورانی بیکر کی چند ایک شعاعیں دیکھنا چاہتے ہیں تو اس کا ایک سائنسی طریقہ بھی
موجود ہے۔

"اے اپنے ایک ہاتھ کو پیش ٹیبلڈ سے ٹٹنے والی الیکٹروڈ انٹریز کی دھار پر رکھ دیں تو اس
صورت میں آپ کے جسم کے نروس ڈیچارج ہو جائیں گے اور ان کی آکسیجین دیکھا جاسکتا ہے"
ان نورانی شعاعوں کو الیکٹروڈینٹ یا موج برقی (کرنٹ) کہتے ہیں نورانی شعاعوں کا
یہ ہلہ انسانی جسم کا احاطہ کئے رکھتی ہیں اور انسان کا نورانی بیکر ہمیشہ عذر ہوتا ہے۔

جو لوگ اور اک بار اس کے حواس یا ترسیل خیالات کی مشقیں کرتے ہیں ان کے لیے بے حد
ضروری ہے کہ وہ اس نورانی بیکر کو اپنے جسم کا کیس اس کی تمام توانیوں کے ساتھ جذب کر
لیں اس مقصد کے لیے دو تین مشقیں مخصوص ہیں۔

چونکہ توانائی مختلف شکلوں میں ہوتی ہے ایک طرف نورانی بیکر کی صورت میں ہونے کی وجہ
سے اس کا رشتہ اعصاب اور شعور دونوں سے رہتا ہے اعصاب اور لا شعور کو قابو کرنے کے لیے
سائنس کی مشقیں کی جاتی ہیں جو دراصل یوگ کا حصہ ہیں دوسری طرف اس نورانی بیکر کی توانائی کی
بیرونی کے لیے سرپینٹ پاور حاصل کرنا ضروری ہے اور وہ طاقت شمع بنی کی مشقوں سے حاصل
ہوتی ہے۔

ترسیل خیالات کے سلسلہ میں اسزول پرڈیکشن بے حد ضروری ہے اس نورانی بیکر کو براہ
راست کنٹرول کرنا لازمی ہے کیونکہ جس وقت آپ ترسیل خیالات شروع کر دیں گے تو اس وقت
یہ نورانی بیکر درمیان میں حائل ہو جائے گا اور اس کی وجہ سے کئی مشکلات پیدا ہوں گی۔

اگر آپ اپنا کوئی پیغام (خیالات) کروانہ کر رہے ہیں اور دوسری طرح آپ کا یہ نورانی بیکر
حجب ہونے اور اپنی قوت بہم پہنچانے کی بجائے فضاؤں میں ہوا کے دوش پر سیر پانا شروع کرتا
ہے تو خیالات کی بخول موج رفتاری کی کارگزاری بے اثر ہو کر رہ جائے گی۔

☆☆☆

باب نمبر 13:

مراقبہ اور ٹیلی پتھسی

سرت پانے کی خواہش سے بڑھ کر کوئی شے دنیا میں موجود نہ ہے اور سرت صرف اسی وقت حاصل ہو سکتی ہے۔ جب ہم اس کی تلاش میں اپنے ذہن سے ہر قسم کے مادی بوجھ کو اٹھا کر پرے پھینک دیں اور ذہن کو اس مادی بوجھ سے ہٹا کر ذاتی بھتری اور مادی بوجھ کو مرکز کریں۔

جب انسان کے اندر ایسا احساس پیدا ہو جاتا ہے تو پھر اس احساس کو بروئے کار لا کر انسان اپنے اندر سکون کی لہر میں پیدا کر کے سرت کو تلاش کر سکتا ہے یہ احساس ہمیں دو بدو ایک قسم کا جذبہ چھوڑ دیتا ہے اور اس کا وجود ہماری خواہشات اور امن کے پورا ہونے کے درمیان ہوتا ہے جو کہ ہمیں ماحول کے ساتھ حسرت سے پرے پھینک دیتا ہے اور ہمارے اندر احساس کسری فرسٹریشن خوف اور اضطراب پیدا کرتا ہے پس وہ ذاتی یا جسمانی یا ذہنی حسرت نے ہماری دلچسپیوں کو مارتا ہے (Meditation) کے فلسفے میں دلچسپی لینے پر مجبور کیا ہے اور برصغیر میں اس کی جڑیں صدیوں پرانی چلی آ رہی ہیں۔

مراقبہ ذہن کے شعور کا راست گردانا گیا ہے جو ہر قسم کے خوفوں سے پاک رہنے کی باطنی قوت رکھتا ہے اور ذہن شعور کو آگے بٹھاتا ہے۔

انسانی ذہن ہمہ جہت پہلوؤں کا حامل ہے جن میں سے ایک پہلو اعلیٰ درجے کا باطنی یا روحانی ذہن بھی ہے جس میں تفکر اور عمل دونوں کی استعداد موجود ہے مگر ہم میں سے اکثر لوگ اس بات کا ادراک نہیں رکھتے کہ اپنے ذہن کو کس طرح داہنے طریقے سے استعمال کیا جائے اور اپنی زندگیوں کو داہنے طریقے سے گزارا جائے اس کی مثال تو ایسی ہے جیسے ہم کسی اعلیٰ قوت کے وجود پر یقین رکھتے ہیں مگر یہ نہیں جانتے کہ وہ کتنی کیا ہے یا ہم اس کو اپنے روزمرہ کے تجربہ پر کیسے لاگو کریں اور اس طرح ہم اپنی ذاتی زندگیوں کو کتنے ہی بے نتیجہ کرتے ہیں۔

اعلیٰ ذہن جسے لاشعور کہا جاتا ہے وہ ہمارے دماغ کے اندر سوچا ہوا ہے اور مراقبہ اس سوئے ذہن کو چمکانے میں مدد دیتا ہے اور انسان کو شعور آگاہی کی حالت میں لاتا ہے ہم اس ذہن کو شعور یا آگاہی کے نام سے پکارتے ہیں اور اس کی یوں تشریح کر سکتے ہیں کہ۔
ہر وہ حالت جو انسان کے اندر احساس یا شعور کو چمکا کر اسے فطرت کے ہمہ جہتی پہلوؤں سے روشناس کرائے مراقبہ کہلاتی ہے۔

مراقبے کے فلسفے کی بنیاد اس اعتقاد پر استوار ہے کہ ہمیں اپنے اندر جمجمی ہوئی سرت کے علاوہ اس جہان رنگ و بو کو بھی تلاش کرنا ہے جن کا تعلق فطری لحاظ سے ہمارے وجدان کشف الہام ہر دلیائے صادق معانی ہمیں فطری اسرار و رموز کو پانے سے ہے اور جو ہمارے بیرونی ماحول میں پائے جاتے اور نہ ہی جن کو ظاہری مادی دنیا میں کسی بھی سائنسی آلات سے ناپا جاسکتا ہے اور ان سب کو ہم آسان پیرائے میں اپنی ذات کا شعور کہہ سکتے ہیں اور اس شعور کو پانے کے بعد ایسا لڑا پے ارد گرد کے ماحول کا بھی مگر ادراک کرنے لگتا ہے اور یہی اپنے فلسفے کی تلاش کہلاتی ہے۔
مراقبہ اپنے اندر موجود معرفت ہی سے تعلق رکھتا ہے جس کے ذریعے وہ اپنے اندر جمجمک کر موجود تمام پردوں کو چمکا کر اسے اس کام کے لیے ایسے فرد کو ارد گرد کے ماحول سے متعلق ہو کر ایسا کرنا پڑتا ہے جس سے اس کے اندر اپنی ذات سے متعلق تمام رد عمل جاتے ہیں اس عمل کی دولت ہمارے اندر پیچھے ہوئے گہرے خوف اضطراب و پریشانیوں تر جیمات مقاصد اور متنازل تصور کی واضح نشاندہی کے ساتھ ان تمام باتوں پر قابو حاصل کرتا ہے تاکہ اپنی ذات سے مشکلات ان تمام باتوں کو ان کے صحیح تاثر میں دیکھنے میں مدد مل سکے۔

انسانی ذہن عادت کے مطابق اپنا اپنے مجسمے معمول سے بیا کرتا ہے اور توقعات پر منحصر کرتا ہے چنانچہ اگر انسان پہلے سے طے شدہ وقت میں کسی بھی پرسکون جگہ پر نہ سکون حالت میں بیٹھ کر کسی بھی قدرتی متحرک کو دماغ کے ریتے میں مرکز کر کے چند منٹ کے لیے اس میں اپنے آپ کو اگر غرق کر لے اور اس حالت میں شخص کیسے نہایت سے مجبور ہو اور ذہنی حالات کو خاموشی سے عمل طور پر لہر پر نہ کر دے تو ایسی حالت مراقبہ کہلاتی ہے اور ہمارے حواس پر سکون ساکت حالت میں اس فلسفے کی گہرائی میں گزارا جائے اس کا وہ عرصہ مراقبہ کہلاتا ہے جو ہر شے کی مانند مراقبہ وقت

اور سکون و سکنت کا تقاضہ کرتا ہے اور اس کو کسی بھی پرسکون جگہ گھر کے چمن چھت کسی باغ کی پرسکون جگہ پر شروع کیا جاسکتا ہے اور استغناء حاصل کیا جاسکتا ہے۔

مراقبے کی طرف پہلا قدم ارتکا ز تو جہ یعنی توجہ اور دھیان کو ایک مرکز پر جمع کرنا ہے اس سے ذہن کی اثر پذیری کی حالت کو ہلکا بخشنے میں مدد ملتی ہے عرف عام میں اس کو سادہ مراقبہ یا ملاواری علوم کی زبان میں ارتکا ز تو جہ (Concentration) کہا جاتا ہے اور اس طرح ذہن کی بکھری ہوئی قوتوں پر کنٹرول حاصل کرنا ہے۔

چونکہ ذہن پر قابو پانے کا خیال ہی ذہن پر کنٹرول حاصل کرتا ہے اور اس حالت یکسوئی کو حاصل کرنے کے لیے باقاعدہ یکسوئی حاصل کرنے کے طریقوں کو یکسو نالازم ہے اس لیے یہ لازم ہے کہ اس کتاب میں ارتکا ز تو جہ کی دی گئی مشقوں پر مجرد و توجہ دی جائے تاکہ ان سے ذہن میں مکمل یکسوئی پیدا ہو سکے اور اس طرح ذہن کے اندر بکھرے ہوئے خیالات و واقعات کو ایک ضابطے کے اندر لا کر ان پر صحیح اور موثر کنٹرول حاصل کیا جاسکے وگرنہ یہ بات جو روز اول سے ہی انسان جانتا ہے کہ نہ کبھی ذہن کو کوئی ایسا کام کرنے پر مجبور کیا جاسکتا ہے جس کو کرنے پر ذہن پہلے سے مائل نہ ہو۔

مراقبہ کی حقیقی غرض وقایعت ہے یہ کہ یکسوئی کی کتاب یا بیجا اہلیت کو باقاعدہ مشقوں کے ساتھ مسلسل عربہ اور مکمل عبور حاصل کرنا ہے ایسا مقصد خیال یا آواز جس پر ذہن کو لیے عرصے کے لیے بہت زیادہ یکسویت کے ساتھ مرکوز کرنا اس تصور خیال یا آواز کے لیے شعور کو عیاں کرتا ہے ایسی مشقوں کے ذریعہ مراقبہ سوائے کسی بھی خارجی شے کے بہت زیادہ اندرونی اور فطری شے بن جاتا ہے اس کے علاوہ بغیر کسی بیرونی مقصد اور شے کی اجازت کے مراقباتی حالت کو طاری کرنا اور مراقباتی تصور کے برعکس پہلوؤں پر عبور حاصل کر کے ان سے آگاہی حاصل کرنا ہے۔

مراقبہ کی غرض وقایعت جاننے کے متعلق جب بھی سوال کیا جائے گا تو اس کا فوری اور مکمل جواب یکنی دیا جاسکتا ہے۔

کسی بھی سرفطری کے لیے اور کائنات کی دستوں سے آگاہی کے لیے اپنے اندر "دشمن خیالی" حاصل کرنا ہے۔

بہر حال اس بات کو یاد رکھیں کہ مراقبہ کے لیے کسی بھی خاص مقصد کو طے نہ کیجئے چونکہ یہ تلاش کا سفر ہے جو روز اول سے شروع ہو کر روز آخر تک محیط ہے۔ اس لیے اس سفر کو جاری رکھنا چاہیے یہ برطالب سفر کو مختلف راہوں کی طرف گامزن کرتا اور رہنمائی بخشتا ہے۔ "اس دن کے کسی مخصوص حصے یا وقت کا خیال رکھیں جیسے سورج کا نکلنا وغیرہ"

ذہن اس کی بکھرنے کی شکل طور پر کر لے گا اس طرح مری روشنی منہری آب و تاب کے ساتھ سورج کو ان مظاہر کے تحت ذہن میں لائیں اس طرح ہم کئی قسم کے خیالات اور سوچوں کو ذہن میں تصویریں نقل میں لائیں گے اور بتدریج ہمیں معلوم ہوگا کہ دھیان کی اس مشق سے جسم اور ذہن کو حقیقی مستویں میں آرام و سکون ملنے میں مدد ملے گی اور جسم اور ذہن دونوں ہی حالت اثر پذیر ہوں گی آجائیں گے یکنی وجہ ہے کہ دھیان یا ارتکا ز کا مکمل ذہن کو محیط کرتا ہے اور اس کو اس قابل بناتا ہے کہ یہ طلسمی اور بے نام سوچوں سے چھٹکارا حاصل کرے اور اس کو یہ بات سکھاتا ہے کہ کسی اہم مسئلے یا شے پر اپنی توجہ مرکوز کرے اور اس طرح روزمرہ مسائل میں یہ انضباط ہماری کارکردگی بڑھانے کا سبب بن سکتا ہے۔

مراقبے کے لازمی جواہر (Essential Aspects of Meditation):

مراقبہ کے لیے ذیل کے جواہر لازمی ہیں۔

آسن:

دو طریقے جس کے ذریعہ آپ اپنے جسم پر کنٹرول حاصل کرتے ہیں اور پرسکون رہنے کی اہلیت کو بڑھاتے ہیں اور یہ طریقہ آپ کو کافی عرصہ تک بغیر کسی حرکت کے یکساں حالت برقرار رکھنے کے قابل بناتے ہیں۔

گہرا آرام و سکون:

وہی کنٹرول حاصل کرنے کے لیے گہرا آرام اور سکون اپنی قوت ارادی کے قیام سے برکتیں لے کر اس طرح یکسوئی قائم کرنے میں بے حد سہولت ہوگی۔ اور ذہن کے درہمچنے آپ پر دبا ہوں گے۔

سائنس کی برقراری:

مراقبہ کے لیے محض اہم ترین جزو ہے اس لیے محض کی حالت کو یکساں برقرار رکھیں سائنس لینے اور خارج کرنے میں کسی قسم کی جھلک کا مظاہرہ نہ کریں بلکہ دم سربھر سے اعلاز میں اپنے سائنس کو برقرار رکھیں تاکہ محسوس کے ذریعہ ذہن پر قابو پایا جاسکے اور شعور کو پھیلا یا جاسکے۔

باخبری کی حالت:

غیر مضبوط دانش اپنا تے ہوئے ابھرنے والے جذبات پر کنٹرول حاصل کر کے ان سے آگاہی حاصل کرنا اور آگاہی کے لیے ان جذبات کو اپنے من پسند منظر اور ماحول میں کم یا زیادہ دم غم کرنا ہے تاکہ شعور کے راز داروں سے آگاہی حاصل ہو سکے۔

مراقباتی حالتیں:

کسی بھی حالت میں مراقبہ لینا ممکن ہے اس مقصد کے لیے فرش یا کرسی پر بیٹھنا کفروں سے ہونا یا لٹقی باقی کا اعزاز اختیار کرنا وغیرہ ہے۔

ذہن کی مشق کرتا:

سب سے پہلے ذہنی یکسوئی کی طرف توجہ دیجئے اس کے لیے آرام وہ حالت میں پر سکون جبکہ پر فیض کر آئیں بند کر لیں اور اپنے محسوس کی آواز پر دھیان دیں ذہن کو خیالات سے پاک ہونے دیں طمانیت کا احساس اہم اور اس طرح کم از کم دس منٹ تک اس مشق کو روزانہ جاری رکھتے ہوئے ذہن کی یکسوئی کو قائم کریں۔

ڈیپٹن:

مراقبہ کے لیے ڈیپٹن بے حد ضروری بات ہے اس لیے اپنے آپ کو دوران مراقبہ مضبوط اور منظم رکھنے کی کوشش کریں تاکہ آرام اور سکونت کے ساتھ مقاصد مراقبہ پا سکیں۔

مراقبہ کے لیے ضروری باتیں:

اس بات کو مد نظر رکھیں کہ

مراقبہ کے لیے آرام وہ حالت بنانا ضروری ہے تاکہ اطمینان کے ساتھ مراقبہ حاصل کیا جاسکے۔ اس لیے اس مقصد کے لیے مخصوص وقت کے لیے ساکت بیٹھنا سکون سے گمرے سانس لینا اور کسی بھی شے پر اپنی توجہ کو مرکوز کرنا ہے۔

تاکہ شعور کے اثر و رسوخ سے آزاد ہو کر لاشعور میں جمنا کا جائزہ لاس کی برقا طبعی شعاعوں کے ذریعے اس شے کی اہمیت کو پایا جاسکے۔

یہ سچ ہے کہ جب کوئی مراقبہ یا دھیان توجہ کی مشق شروع کرتا ہے تو پہلے کمال اس کا ذہن ایک یا دو منٹ کے لیے جھٹکتا شروع ہوتا ہے مراقباتی یوگی اس کو طاعت کے ساتھ دایرہ اس موضوع کی طرف موڑ لیتا ہے یا بھر دیتی طور پر اس پر توجہ دینا بند کر دیتا ہے اور پھر قدرے وقف کے بعد اسے دوبارہ شروع کر دیتا ہے اس طریق سے ذہن کو جانتی ہے اور ذہن بتدریج کسی بھی شے پر اپنی توجہ لینے عرصے کے لیے مرکوز کرنے کا درو ہوتا ہے طالب مراقبہ کو یہ سب سمجھنا مراقبہ کی منازل حاصل کرنے کے لیے کرنا پڑتا ہے اور جس سے اس کی کوشش آخری منزل کو عبور کر لیتی ہے تو وہ بھر کسی کوشش کے بغیر اپنے ذہن کی بدولت ہر شے پر آسانی اور نکاح حاصل کر لیتا ہے اور اس طرح ذہن بہت زیادہ وسعت کا حامل بن جاتا ہے اور ذہن اعلیٰ لاشعور سے تمام خیالات و واقعات کو شعور میں لاتا ہے اور ان کے آزادانہ پہلو کے ساتھ ساتھ فکر کی اہلی بندہ یوں تک پہنچتا ہے۔

دماغ کے پردہ پر تھک کے ذریعے تصویریری رنگ جس شے کو دیا جاتا ہے اس کے لیے لازم ہے کہ وہ منظر بہت ہی وسعت کا حامل ہو کر جیسے مشق یا دھیان جاتی ہے تو یہ منظر اپنی وسعت سمجھتا جاتا ہے اور تمام تر بیکار تعلیمات کو خارج کرتا چلا جاتا ہے اب وہ اپنے منظر کے مرکزی مقام کی طرف بڑھتا چلا جاتا ہے۔ اس طرح وہ منظر بے انتہا چھوٹا اور کم وسعت کا حامل ہوتا ہے اور اس طرح ذہن اسے بتدریج ایک چھوٹے سے دائرے میں مضبوط پایا یا بند سلاسل کر لیتا ہے جس میں رہنا اشرار اس کا مرکزی نقطہ ہوتا ہے اور جس کی تلاش اسے کئے کے ذریعے جاری و ساری رفتی ہے۔

مراقبہ کا جہاں فائدہ توجہ اور دھیان کو مرکوز کرنا اور یکسوئی حاصل کرنا ہے وہیں یہ انسان کو کئی فوائد بھی بخشتا ہے۔ یہ دماغ کو پر آئندہ خیالی ذہنی اضطراب دردوں ذہنی پلٹش جسمانی خرابیوں

وغیرہ سے نجات دلا کر انسان کے تصور خودی کو بڑھاتا ہے۔ اور خود شناسی کی طرف راہنمائی بخشتا ہے۔

روحانی لیلیٰ ماضی شہور آگئی لاصحدو ہے یہ انسان کے ذہن کو ان چیزوں سے باخبر رکھتا ہے جو اس کے احاطہ طم سے باہر ہے یہ محفل و شعور سے بالاتر ہے اور اس کا کسی پہلو سے حاصل یقین و اعتقاد یا تصورات سے کوئی تعلق نہ ہے یہ باطن میں اپنی جگہ بناتا ہے یہ انسان کی ذات کو جلی بخشا ہے اور باطن میں پیچھے ہوئے خوفوں رازوں کو آشکارا کرنے میں مدد دیتا ہے اور اس طرح ہمارے اندر پیچھے ہوئے خوفوں ڈر کو بیان کرتا ہے اور جب ایک مرتبہ ایسے اور خوف مچاں ہو جاتے ہیں تو ہم ان سے چمکتا را پانے کے طریق سے واقف ہو سکتے ہیں اس تجربے کو بہت زیادہ یحییٰان خیر کہا جاتا ہے۔ اور یہ باحوال سے زیادہ سے زیادہ سرت حاصل کرنے کی طرف راہنمائی کرتا ہے۔ اور پلا خربہترین سرت طاری کرتا ہے۔

اس بات کو یاد رکھیں کہ مراقبہ ایک میرا زمانہ کام ہے اس کی مشق میں بے صبری نہ کاوی سے دو چار کر دیتی ہے یہ عمل مستقل حراکی کا مطالعہ کرتا ہے اس میں فوری نتائج بالکل حاصل نہیں ہوتے یہ علیحدہ بات ہے کہ تبدیلیاں مختصر مدت میں ہی سامنے آ جائیں تاہم کسی بھی صورت حال سے انسان کو گھبراانا نہیں چاہیے اور نہ ہی جو صبل ہانا چاہیے۔

اس لیے یہ بات بے حد ضروری ہے کہ مراقبہ کے ذریعہ اور ارتکاز توجہ کے عمل کے شروع میں روزانہ دو سے تین مرتبہ جبکہ ابتداء تین صفت سے شروع کریں اور اس دورانہ مراقبہ کو بتدریج بڑھاتے ہوئے ایک گھنٹہ تک لے جائیں ابتدائی مشکلات پر قابو پانے کے بعد آپ خود بھی محسوس کریں گے کہ اس دورانہ کو بڑھانے میں کوئی کوشش لازمو وے کا لانے کی ضرورت نہیں پڑے گی ذہن خود بخود لیے حصر کے لیے مستعد ہونا شروع ہو جائے گا اور کسی بھی چیز پر کسی بیرونی خوف غلط واثر کے ذہن زیادہ سے زیادہ دیر تک توجہ مبذول کرے گا۔

آپ جیسے جیسے مراقباتی مراحل طے کرتے جائیں گے آپ خود بخود محسوس کریں گے کہ آپ کے اندر اور باہر ایک تبدیلی نمودار ہو رہی ہے اور ایک وقت ایسا آئے گا کہ آپ کے وجود کی اندرونی اور بیرونی کاپیالٹ ہو سکی ہوگی اور آپ کی زندگی بے حد باطل اور باطنی بن چکی

ہوگی اور یہ وہ کاپیالٹگی ہے جو انسان کو کسی بھی باوئی ذرائع کے حصول سے کبھی بھی حاصل نہیں ہو سکتی اور ایسا انسان محاشر سے میں بہت بلند مقام کا حامل بن جائے گا۔

ضروری امور (Necessary Points):

ذیل کے ضروری امور مراقبہ کے لیے بے حد ضروری ہیں۔

- 1- ماحول پر سکون ہو۔
- 2- شور و غل سے بالکل پاک۔
- 3- دوران مراقبہ کی بھی طرف سے کسی بھی قسم کے دل کا اندیشہ بالکل نہ ہو۔
- 4- اس کے لیے وقت یا قاعدہ مقرر ہو اور روزانہ اسی وقت مشق کی جائے۔
- 5- مراقبہ کے لیے دو ذرائع حالت میں بیٹھیں یا لیٹ جائیں یا راکر بیٹھیں۔
- 6- چہرے کا رخ شمالی جانب ہونا کہ شمالی خطا فسی گہروں سے بھرچا راستہ استفادہ حاصل کیا جاسکے۔
- 7- آرام دہ حالت میں بیٹھیں جس میں نہ تو بہت زیادہ ڈھکیلا ہو اور نہ ہی بہت زیادہ انکڑا ہوا ہو۔
- 8- مراقبہ کے وقت بے غب خالی ہو۔
- 9- مراقبہ سے خوش اور بعد کم از کم آدھ گھنٹہ تک کوئی شے نہ کھائیں تاکہ انہی کھانا کھانے میں مصروف نہ ہو جائے اور مظلوم باطن مراقبہ کے لیے دستیاب نہ ہو سکے۔
- 10- کھانا خند یا خودی لانے کا بھی باعث بنتا ہے جس سے مراقباتی مشق صحیح طریقے سے نہیں ہو سکتی اور نہ ہی مظلوم پناج کی حاصل ہوگی۔
- 11- ہمیشہ مراقبے کے لیے فرش یا کرسی کا استعمال کریں کرسی بالکل آرام دہ نہ ہو۔
- 12- پہلا دورانیہ کم از کم تین منٹ تا دس منٹ تک ہونا لازمی ہے۔
- 13- دوسرے دورانیہ میں بتدریج وقت کا اضافہ کرتے چلے جائیں۔
- 14- اولئین کسی بھی شے پر اپنی توجہ کو مرکوز کرنے کی کوشش کریں۔
- 15- ابتدائی مرحلہ میں دھیان بننے سے گھبراائیں کھلتا ہوتا ہستیاں پر مجبور حاصل کریں۔

16- عبور حاصل کرنے کے بعد اپنے خیالات کی بھرپور کوئی ایک نقطہ پر مرکوز کریں۔

17- اس مرحلہ پر زمین کو جسم سے مکمل طور پر باخبر رکھیں۔

18- آہستہ آہستہ اپنی تمام انری طریق سے مربوط کرتے چلے جائیں کہ آپ اصل حقیقت تک پہنچ جائیں۔

19- بعد از فراغت جسم اور ذہن کو آرام دہ حالت میں آنے دیں تاکہ ذہن اور جسم طمانیت سکون اور مثبت چن محسوس کرے۔

20- ٹھیک لباس کا استعمال دوران مراقبہ قطعی نہ کریں۔

21- صفائی جسم کا خاص خیال رکھیں۔

جب اس انداز تبحر کی اراہ سے ساتھ مشق کی جاتی ہے تو لاشعوری کیفیات بیداری میں شعور پر دار ہوتی ہیں اور ان کی گردش زیادہ دو قلعہ تک شعور میں جاری رہتی ہے۔

مشق نمبر 1:

☆ آلتی پالتی مارکر پاؤں اور ہینڈ جاتیں۔

☆ کمر سیدھی رکھیں لیکن جسم کے کسی حصے میں کھنچاؤ پیدا نہیں ہونا چاہئے۔

☆ پہلے دونوں ہتھوں سے سانس باہر نکال دیں تاکہ پیچھڑ سے ہوا سے خالی ہو جائیں۔

☆ پھر آہستہ آہستہ سانس اندر کھینچیں۔

☆ جب سینہ ہوا سے بھر جائے تو سانس کو گرد کے بغیر ہونٹوں کے سامنے باہر نکال دیں۔

☆ سانس نکالتے ہوئے ہونٹوں کو کیچیز کر گول دائرہ بنائیں جیسے سیٹی بجاتے ہوئے بناتے ہیں۔

☆ سانس اندر لینا اور باہر نکالنا ایک پتھر ہوا اس طرح گیارہ پتھر کریں اور رفتہ رفتہ تعداد بڑھا کر اکیس پتھر کریں۔

اس مشق سے پیچھڑوں کی حرکات پر کنٹرول حاصل ہوتا ہے اور سانس اندر لینے کا دوران بے بڑھ جاتا ہے۔ مراقبہ کے وقت سانس کی رفتار بھگی ہونی چاہئے۔ یہ بات یاد رکھئے کہ مراقبہ کے

دوران سانس کی رفتار کاردارے کے ساتھ آہستہ نہ کیجئے۔ اس لئے کہ ذہن مراقبہ سے جٹ کر سانس کی آمد و شد کی طرف چلا جائے گا۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ مراقبہ شروع کرنے سے کچھ دیر پہلے آہستہ آہستہ سانس اندر لیں اور باہر نکالیں پھر مراقبہ میں مشغول ہو جائیں۔ سانس کی رفتار خود بخود نرم ہو جائے گی۔

مشق نمبر 2:

مشق نمبر 1 میں بتائی گئی نشست میں بیٹھ کر دونوں ہاتھ ہتھوں پر رکھ لیں۔ دونوں ہتھوں سے سانس آہستہ آہستہ اندر کھینچیں۔ جب سینہ ہوا سے بھر جائے تو سانس کو سینے میں روک لیں پانچ سیکنڈ تک سانس روک رکھیں۔ پھر ہونٹوں کو سیٹی بجانے کے انداز میں کھول کر سانس کو منہ کھول کر باہر نکال دیں۔ کچھ دیر آرام کے بعد دوبارہ اسی طرح سانس اندر لیں روکیں اور نکال دیں۔ یہ عمل پانچ مرتبہ کریں۔ اگلے روز دو پتھروں کا اضافہ کریں۔ یعنی سات مرتبہ یہ عمل کریں یہاں تک کہ پتھروں کی تعداد گیارہ ہو جائے۔ جب پتھروں کی تعداد گیارہ ہو جائے تو سانس روکنے کا وقت پانچ سیکنڈ سے بڑھا کر چھ سیکنڈ کریں اور پتھروں کی تعداد گیارہ ہی رکھیں۔ جب چھ سیکنڈ تک سانس روکے میں کوئی مشکل پیش نہ آئے۔ یعنی وقتی اور جسمانی دباؤ محسوس نہ ہو تو سانس اندر روکنے کا وقت سات سیکنڈ کریں اور اسی وقت تک سات سیکنڈ وقفہ رکھیں جب تک اس پر عبور حاصل نہ ہو۔ اس طرح سانس روکنے کا وقت بڑھاتے ہوئے پندرہ سیکنڈ تک کریں اور پندرہ سیکنڈ کو معمول بنالیں۔

مشق نمبر 3:

مشق نمبر 1 میں بیان کئے گئے انداز نشست میں بیٹھ کر سیدھے ہاتھ کے انگوٹھے سے سیدھی طرف کا نشانہ بند کر کے جائیں نختے سے چار سیکنڈ میں سانس اندر لیں۔ سانس کھینچنے کے بعد سینے میں روک لیں اور ہاتھ کی آخری دو انگلیوں سے پائیں نشانہ بند کر لیں۔ اس حالت میں سیدھا نشانہ انگوٹھے سے بند ہوگا آخری دو انگلیوں سے پائیں نشانہ بند کیا ہوگا اور باقی دو انگلیاں دونوں ابروؤں کے درمیان پیشانی پر رکھی ہوں گی۔ سانس کو چار سیکنڈ تک سینے میں روکیں اور صرف انگوٹھا

سیدھے تختے پر سے ہٹا کر سانس کو چار کیٹھن تک باہر نکال دیں۔ بغیر رکے ہوئے اسی تختے سے چار کیٹھن میں سانس اندر کھینچیں اور انگوٹھے سے سیدھا تختہ دوبارہ بند کر لیں۔ چار کیٹھن تک سانس روکیں۔ پھر بائیں تختے پر سے دونوں انگلیاں ہٹا کر چار کیٹھن میں سانس باہر نکال دیں۔ یہ ایک چکر مکمل ہوا۔ کچھ دیر سستانے کے بعد دوبارہ یہی عمل دہرائیں۔ اس طرح تین چکر مکمل کریں اور روزانہ ایک چکر کا اضافہ کرتے ہوئے سات چکر تک لے جائیں۔ جب چار کیٹھن روکنے اور سات چکر کرنے پر مکمل قدرت حاصل ہو جائے تو چار کیٹھن میں سانس اندر کھینچیں روکنے کا وقت چھ کیٹھن رکھیں اور چار کیٹھن میں باہر نکالیں۔ چکروں کی تعداد حسب ساقی سات ہی رکھیں۔ جب چھ کیٹھن تک سانس روکنے اور سات چکر مکمل کرنے پر کنٹرول حاصل ہو جائے تو صرف روکنے کا وقت دو کیٹھن بڑھا دیں۔ اس طرح دو دو کیٹھن روکنے کا وقت بڑھا جائے ہوئے سولہ کیٹھن تک لے جائیں۔ جب سولہ کیٹھن سانس روکنے اور سات چکر مکمل کرنے میں کوئی دشواری محسوس نہ ہو تو صرف باہر نکالنے کا وقت بڑھا کر آٹھ کیٹھن کر دیں۔ یعنی چار کیٹھن میں سانس اندر لیتا سولہ کیٹھن روکنا اور آٹھ کیٹھن میں باہر نکالنا۔ اس کے بعد انہی وقتوں پر مسلسل عمل کرتے رہیں۔

سانس کی ہر مشق مثلاً کھانا کھانے کے کم از کم دو گھنٹے بعد کی جائے۔ سانس کی مشقوں کا بہترین وقت صبح سورج نکلنے سے پہلے ہے۔ اس وقت نہ صرف انسان کو وقتی اور جسمانی چستی حاصل ہوتی ہے بلکہ فضا میں آکسیجن بھی زیادہ ہوتی ہے اور برقی مٹا طبعی لمبروں میں شدت آجاتی ہے۔ سانس کی مشقوں کا دوسرا مناسب وقت رات کو سونے سے پہلے ہے۔

استغراق:

استغراق کی مشقیں کئی طرح کی ہیں۔ ایک طرز میں توجہ کو کسی طبعی حرکت پر لگایا جاتا ہے چونکہ شعور طبعی حرکت سے بانوس ہوتا ہے۔ اس لئے اور نکاح توجہ میں آسانی ہوتی ہے۔ ایک عمل کے بار بار واقع ہونے سے شعور پر استغراق طاری ہو جاتا ہے مثلاً سانس کے اندر لینے اور خارج کرنے پر مختلف طریقوں سے دھیان قائم کیا جاتا ہے۔

استغراق کی دوسری مشقوں میں آگے کے ڈیلیوں کو سہکت کرنے کی مشق کی جاتی ہے۔ تاکہ

آگے کے عضلات پر کنٹرول حاصل ہو جائے۔ کنٹرول حاصل ہو جانے پر آگے کے ڈیلیوں حرکات کو ارادہ کے تحت سہکت کیا جاتا ہے۔ اس طرح شعوری استغراق کے حصول میں مدد ملتی ہے۔

مشق نمبر 1:

- ☆ فرش پر سوئی درمی وغیرہ بچا کر یا کسی آرام دہستر پر چٹ لیٹ جائیں۔ دستر زیادہ نرم نہیں ہونا چاہئے۔
- ☆ دونوں ہاتھ جسم کے ساتھ پھیلا دیں۔
- ☆ قدرے قاصدے کرنا گھون کو بھی پھیلا دیں۔
- ☆ جسم کا ہر حصہ پر سکون اور ڈھیلا ہونا چاہیے۔
- ☆ اعصاب میں تناؤ کی کیفیت بالکل نہیں ہونی چاہیے۔
- ☆ آنکھیں بند کر کے سیدھے سر کے انگوٹھے پر توجہ مرکوز کریں۔
- ☆ اس کے بعد بائیں سر کے انگوٹھے پر توجہ مرکوز کریں۔

مشق نمبر 2:

- ☆ آلتی یا تکی مار کر یا دوڑاؤ فیٹہ جائیں۔
- ☆ کمر سیدھی رکھ کر دونوں ہاتھ گھٹنوں پر رکھ لیں۔
- ☆ سر تک کی سیدھ میں ہونا چاہئے۔
- ☆ آنکھیں شیم وا کر کے نگاہیں دیروں سے ڈیڑھ دو فٹ آگے کسی نقطے پر متمرکز دیں۔
- ☆ اب توجہ سانس کی آمد و شد پر مرکوز کرتے ہوئے سانسوں کو گنتا شروع کریں۔
- ☆ سانس اندر لیکر باہر نکالنا ایک چکر ہوگا۔
- ☆ اس دوران نگاہیں مستقل فرش پر مرکوز رہنی چاہئیں۔
- ☆ یہ بات بہت اہم ہے کہ سانس اندر لیتے ہوئے اور باہر نکالتے ہوئے اپنے اوپر جبر نہ کیا جائے۔ معمول کے مطابق سانس کو جاری رہنے دیں۔

☆ گنتی ایک سے شروع کر کے دس پر ختم کی جائے۔

☆ اگر ذہن سانس کی طرف سے ہٹ جائے تو زہنی کے ساتھ دوبارہ سانس پر مرکوز کر دیں اور گنتی کا آغاز دوبارہ ایک سے کریں۔

☆ دس تک گنتی مکمل ہونے کے بعد دوبارہ ایک سے شروع کریں۔

☆ جب دس تک گنتی مانتے مانتے توجہ ہٹنے لگے تو گنتی کی تعداد دس پر محدود رہے۔ یعنی ایک دور میں دس تک گنتی نہیں۔

☆ اس کے بعد دس کا اضافہ کرتے رہیں یہاں تک کہ تعداد سو تک پہنچ جائے۔

☆ جب گنتی سو تک پہنچ جائے تو سو گنتی کے عین دور کریں۔

☆ اس طرح مشق میں کل پانچ منٹ صرف ہوں گے۔

مشق نمبر 3:

یہ مشق نمبر 2 کی ترقی یافتہ شکل ہے۔ اس مشق میں سانس کو مانتے کے بجائے سانس اندر لینے اور باہر نکالنے کے عمل پر توجہ مرکوز کی جاتی ہے۔ واضح رہے کہ اس مشق میں بھی سانس کی آواز دھت معمول کے مطابق ہونی چاہیے۔

☆ آنکھیں بند کر لیں اور جس وقت سانس اندر جائے تصور کی نگاہ سے آنکھیں کھول کر روشنی کی صورت میں ناک کے ذریعے سینے میں جا رہی ہے۔

☆ سانس باہر نکالنے ہوئے تصور کریں کہ روشنی سینے میں سے گزرتی ہوئی ناک کے راستے باہر جا رہی ہے۔

☆ نہایت آہستگی اور سکون سے یہ عمل کریں۔

☆ دو بار روشنی کے تصور کے ساتھ سانس اندر لیں اور باہر نکالیں۔

مشق نمبر 4:

☆ کسی کمرے میں مکمل اندھرا کر لیں۔ روشنی کریں کہ کمرے میں زیادہ سے زیادہ اندھیرا ہو۔

☆ آلتی پالتی مار کر یا دوڑاؤ پیچہ کر اندھیرے میں ٹاپیں جمانیں۔ پلنگ نہیں جھپٹنی چاہیے۔

☆ اندھیرے کی اسکرین پر متواتر کسی ایک نقطہ پر ٹاپیں قائم رکھنے کی کوشش کریں شروع شروع میں پلنگ جھپک جائے گی۔ آنکھوں سے پانی بھی بہے گا لیکن کچھ عرصہ بعد نظر ٹھہر جاتی ہے۔

☆ مشق ختم کرنے کے بعد کچھ دیر کے لئے آنکھیں بند کر کے ذہن کو آزاد چھوڑ دیں۔ تاکہ آنکھوں کے عضلات کو زیادہ سے زیادہ آرام مل جائے۔ پھر آنکھوں کو غلط سے پانی سے دھو لیں۔

نوٹ:

مشق نمبر 3 اور نمبر 4 کا وقت پانچ منٹ سے دس منٹ تک ہے۔

☆☆☆☆

باب نمبر 14:

ٹیلی پتھن اور کرٹیسٹ

ڈاکٹر جے بی راکن کی طرح جرمن ماہر نفسیات نے انسانی نفسیات کے متعلق مطالعے کے بعد ایک کلرٹیسٹ ترتیب دیا ہے۔ جو کہ ٹیلی پتھن کی مشقوں کے حوالے سے دو گونہ فوائد و اثرات کا حامل ہے۔ مذکورہ جرمن ماہر کا نام لوٹھ ہے اور اس نے اپنے کلرٹیسٹ کی بنیاد اس بات پر رکھی ہے کہ انسان صدیوں کے لاشعوری عمل کی بنا پر بعض چیزوں کو کُل نظر سے غفلت کرتا چلا آیا ہے۔ اس حوالے سے رنگوں کا کردار بہت اہمیت کا حامل ہے غاروں میں رہتے والا انسان بھی رنگوں کے بارے میں شعوری علم نہ ہونے کے باوجود لاشعوری طور پر ان سے متاثر ہوتا تھا جیسا کہ دن اور رات کے آنے جانے میں سفید اور سیاہ رنگ کے منسوبات امارے اذہان پر نقش ہو چکے ہیں اس طرح خون کا رنگ سرخ ہونے اور دیگر وجوہات کی بناء پر سرخ رنگ خطرے کی علامت بن گیا ہے۔ سمندر کا نیلا پانی پر سکون ہونے کی علامت ہے اس طرح سبزہ آکھوں کو طرالتلفظ ہے اور سبز رنگ شخصیت کے اثبات کا اظہار ہے سورج سے منسوب زرد رنگ استخوان اور آرزوں کا رنگ ہے براؤن رنگ منہنی خیزی کی خواہش کا مظہر ہے اور گرے گریا اور رنگ کی طرف لٹی کی دلیل ہے لیکن ان میں فرق یہ ہے کہ سیاہ رنگ اگر گوش حاجت میں رہنے کو ترجیح دیتا ہے تو گرے کلر بنیادی طور پر رنگ نہ ہونے کی وجہ سے زندگی کے رنگوں سے لٹی پر دلالت ہے اسی سے انگریزی عمارے Grey area وغیرہ نکلے ہیں یعنی ایسا علاقہ جو زندگی کی تھامی کی لٹی کرتا ہے اور تعریف کرتا ہے۔

گرے ایم پیڈیا گرے رنگ کو آپ دیوار برلن ڈیوڈ لائن جیسی چیز سمجھ سکتے ہیں جس کے آ پار زندگی کی تھامی ہو لیکن وہ خود ان چیزوں سے لاشعوری کا اظہار کرے گرے رنگ دراصل

No man,s Land ہے اس لئے اس کا اظہار دوسرے رنگوں کے استخراج سے ہوتا ہے۔ اگرچہ لوٹھ کے ہم عصر ماہرین میں سے بعض نے اس کے اس طریق کار کی مخالفت کی ہے اور اسے غیر سائنسی قرار دیا ہے لیکن پوری دنیا میں لوٹھ کلرٹیسٹ انسان کی نفسیات کی لاشعوری تفسیروں کو سمجھانے میں استعمال ہو رہا ہے اور اس پر بے شمار تحقیقات ہو چکی ہیں۔

لوٹھ کے مطابق چار بنیادی رنگ ہیں۔

- 1- نیلا 2- سبز 3- پیلا 4- سرخ
- اسی طرح چار ثانوی رنگ ہیں۔

- 1- گرے 2- سیاہ 3- براؤن 4- جامنی

اس کی تشریح کے مطابق مسائل سے کھانچنے کے ذریعہ ان آخوں رنگوں کے پنے ہوئے آٹھ طبقہ و طبقہ کارڈ کو اپنی مرضی کے مطابق ترتیب دے کر کوئی شخص داخل نفسیاتی داغ کا حامل ہوگا تو وہ پہلے چار کارڈوں کو پہلی چار پانچ پوزیشنوں پر ہی رکھے گا ترتیب خود بخود مل جائے اور اسی طرح باقی چار کارڈوں کو بھی آخری تین آٹھ پوزیشنوں میں ہی رکھے گا۔

اگر کوئی شخص اس سولے ٹکے سے ہٹ کر کارڈ ترتیب دیتا ہے تو یہ لگتی بات ہے اور یقین کیا جائے گا کہ اس شخص کو کس حد تک نفسیاتی مسائل کا سامنا ہے۔

یہاں ٹیلی پتھن کے نقطہ نظر سے ان آٹھ رنگوں کے کارڈوں کا استعمال بتایا جائے گا۔

سب سے پہلے تو یہ کارڈ مراعات کے لیے موزوں ہے اور ان کا کافی حد تک (Aura) سے بھی تعلق ہے یعنی اس بارڈر سے جو انسان کے جسم کے باہر غریمر کی انداز میں موجود ہوتا ہے جس کو دیکھنے والی بصیرت والی آنکھ ہی دیکھ سکتی ہے صوفیا اور روحانی شخصیات کے گرد اکثر یہ ہار لٹا ہوا ہے اس پر طبقہ و جماعت کی جانے گی کارڈوں کے حوالے سے مراجع کا طریقہ یہ ہے کہ ایک ایک کارڈ باری باری لیتے جائیں اور اس کو اپنے سامنے رکھتے ہوئے تصور کریں کہ وہ رنگ آپ کی پاؤں کی انگلیوں کے پھروں کے ذریعے آپ کے جسم میں چار ہا ہے اور آپ کو اس رنگ کی روشنی کی قوت سے ملا مال کر رہا ہے پھر اس رنگ کو اپنے پیروں میں محسوس کریں۔

اس کے بعد اسے اپنی پٹلیوں میں محسوس کریں۔

اب اسے اپنے گھٹنوں میں محسوس کریں۔

اب اسے اپنی رانوں میں محسوس کریں۔

اب اسے اپنی پیروں میں محسوس کریں۔

اب اسے ناف کے مقام پر پیٹ میں محسوس کریں۔

اب اسے اپنی چھاتی میں محسوس کریں۔

اب اسے اپنے گلے میں محسوس کریں۔

اب اسے اپنے چہرے میں محسوس کریں۔

اب اسے بازوؤں میں محسوس کریں۔

آخر میں اسے ہاتھوں کی طرف محسوس کریں۔

اس کے بعد اسے ہاتھوں کی انگلیوں کے پوروں

کے ذریعے باہر جاتا ہوا محسوس کریں۔

ضرورت کے مطابق ایک رنگ کا مراقبہ ایک دن آدھا گھنٹہ تک کریں۔ اگر نیند کے ذریعے کسی ایک یا دو رنگوں کی محسوس ہو تو پھر انہی مخصوص رنگوں کا مراقبہ تیار کیا جائے جو کہ جسم کے اور اس میں اس رنگ کی کمی کو دور کرنے کا باعث ہوگا۔

مراقبہ کے علاوہ ان کارڈوں کو کسی شخص کی نفسیاتی اور لاشعوری کیفیت کا جائزہ لینے کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے اس کا طریقہ یہ ہے کہ ایک وقت میں آٹھ میں سے محض دو کارڈ انتخاب کئے جائیں۔ ذہنی میں ہر رنگوں کے جوڑے بنا کر ان کے بنیادی مظاہم درج کر دیے گئے ہیں جن سے آپ خاطر خواہ استفادہ کر سکتے ہیں۔

آخری بات یہ کہ ان کارڈوں کو کسی شخص کی ESP کی صلاحیتیں جانچنے کے لئے بھی استعمال کیا جاسکتا ہے اس کا طریقہ یہ ہے کہ بنیادی رنگوں اور ثانوی رنگوں کو اکٹھا کر کے ۱۰ گولڈیاں بنالیں۔ اب جس شخص کا جائزہ لینا ہے اسے کہاجائے کہ وہ آپ کو بتائے کہ باری باری بنیادی یا ثانوی رنگوں میں سے آپ نے کونسا کارڈ اٹھایا ہے نتائج کو نوٹ کرتے جائیں نتائج کو نوٹ کرنے کے لئے آپ اپنا ایک سکریٹ بنا لیں۔ یا پھر اس کتاب میں دیے گئے سکریٹ

استعمال کریں آپ کی سہولت کے لئے آٹھ رنگوں پر مطلق کارڈ بھی کتاب میں شائع کر دیے گئے ہیں جنہیں آپ کاٹ کر کسی آرٹ کارڈ پر چپکا کر استعمال کر کے مطلوبہ نتائج حاصل کر سکتے ہیں۔

رنگوں کے جوڑے اور ان کے معنی

گرے + نیلا:

☆ سکون کا ایک وقفہ ☆ سوچ و بچار کا دورانیہ

گرے + بنز:

☆ طبعہ و شخص پر اسرار ☆ عاطفانہ احساس برتری

گرے + سرخ:

☆ بے سوچے سمجھے عمل کرنا ☆ غلامی و عملی ہمارے پناہ:

گرے + پیلا:

☆ قوت فیصلہ کی کمی ☆ مستقل حراستی کی کمی

گرے + چاندی:

☆ احتیاط پسندانہ حساسیت ☆ تشخص کا غیر واضح اظہار

گرے + براؤن:

☆ وقتی و جسمانی تھکان ☆ نفسیاتی دباؤ

گرے + سیاہ:

☆ گوش عافیت پر استکا ☆ مکمل قطع تعلق

پیلا + گرے:

☆ سکون کا ایک وقفہ ☆ سوچ و بچار کا دورانیہ

بز + پیلا:

☆ قریف کا مطالبہ ☆ واضح نسب الحسن

بز + چاشنی:

☆ لچکدار شخصیت ☆ غیر ذمہ دار نہ کشش

بز + براؤن:

☆ جسمانی کمزور کا مطالبہ ☆ حکمت پر اجراء

بز + سیاہ:

☆ ہتھیاری اور دوری ☆ حقیقت پر اثبات ذات

سرخ + گرے:

☆ بے ساختہ عمل ☆ لالہ فیصلے پر عملدرآمد

سرخ + نیلا:

☆ ادوار ہستی کے منصوبے ☆ حکمت جذبات

سرخ + سبز:

☆ صبا الحسن اور تحریک ☆ حدود میں رہ کر کام چمکی کرنا

سرخ + پیلا:

☆ سرگرمیوں میں راحت ☆ نئی باتوں کا آغاز

سرخ + چاشنی:

☆ چاشنی تحریک بلور کزوری ☆ رومل کا اظہار کرنا

نیلا + سبز:

☆ تقریباً کنٹرول ☆ ذاتی نظم و ضبط

نیلا + سرخ:

☆ تعاون ہستی ☆ جذباتی حکمتیں

نیلا + پیلا:

☆ جذباتی انحصار ☆ گروهی تعاون

نیلا + چاشنی:

☆ خوبصورتی بلور کزوری ☆ چاشنی حساسیت

نیلا + براؤن:

☆ حسی ادراک ☆ گہری وابستگی

نیلا + سیاہ:

☆ عمل سکون ☆ گوشہ راقیت

سبز + گرے:

☆ طبعیہ شخص پر زور ☆ مدافعتی برتری

سبز + نیلا:

☆ امتیازی کنٹرول ☆ خود ساختہ ضبط

سبز + سرخ:

☆ ہا مقصد سرگرمی ☆ ہا ضابطہ آغاز

سرخ + براؤن:

☆ حسی تکین کو ترخج ☆ زکسیت کا دکار

سرخ + سیاہ:

☆ لمبی چوڑی خواہشات ☆ ڈرامائی صورت حال

پیلا + گرے:

☆ فیصلہ کر سکتا ☆ عزم و ارادے کی کمی

پیلا + نیلا:

☆ جذباتی طور پر افسار کرتا ☆ باہمی تبادلہ کا جذبہ

پیلا + سبز:

☆ خوشامد پسندی ☆ با مقصد مگر لالچی

پیلا + سرخ:

☆ صحت پسندانہ سرگرمی ☆ بے مواقع کی فراہمی

پیلا + جامنی:

☆ تصورات کی دنیا ☆ مہم جوئی کی خواہش

پیلا + براؤن:

☆ مکمل احساسِ حفظ ☆ مکمل سکون

پیلا + سیاہ:

☆ امتیاز آہستہ حساسیت ☆ اظہارِ ذات میں رکاوٹ

جامنی + نیلا:

☆ حسن پسندی ☆ جنسی طور پر حساس

جامنی + سبز:

☆ کچھ آہستہ اظہارِ ذات ☆ غیر مددگار انداز

جامنی + سرخ:

☆ جنسی تحریک بطور سرگرمی ☆ فیڈ بیک دینا

جامنی + پیلا:

☆ خیالی تصورات ☆ مہم جوئی کا شوق

جامنی + براؤن:

☆ جنسی وحشی خیالات ☆ شہوت انگیزی

جامنی + سیاہ:

☆ اظہارِ شخص کی ضرورت ☆ جبری میل جول

جامنی + گرے:

☆ مبالغہ حساسیت ☆ اظہارِ ذات میں الجھاہٹ

براؤن + گرے:

☆ ذہنی و جسمانی سکون ☆ حواسِ باطن

براؤن + نیلا:

☆ حسی خواہشات ☆ غیر معمولی وابستگی

براؤن + سبز:

☆ جسمانی تسکین کی خواہش ☆ آرام و سکون پر زور

براؤن + سرخ:

☆ جنسی وحشی تسکین کا جذبہ ☆ نزہت کا شکار

براؤن + پیلا:

☆ مکمل تھکنا کا احساس ☆ بے غفل سکون کی خواہش

براؤن + چامنی:

☆ جنسی حواس کی بیداری ☆ شہوت انگیز خیالات

براؤن + سیاہ:

☆ انکار و استغناء ☆ جسمانی ضروریات پر زور

سیاہ + گرے:

☆ علیحدگی پسند ☆ رہبانیت کا انداز

سیاہ + نیلا:

☆ کوشش کا قیام ☆ مکمل سکون

سیاہ + سبز:

☆ خندے داک، آؤٹ کر جانا ☆ تعصب سے غور و مشورہ

سیاہ + سرخ:

☆ تسکین کو مانگتے چاہے ☆ انوکھا لالہ انداز

سیاہ + پیلا:

☆ اچانک بحرانی کیفیت ☆ شدت پسندانہ فیصلے

سیاہ + چامنی:

☆ اظہار ذات کی ضرورت ☆ تعلقات میں کھمبہ

سیاہ + براؤن:

☆ باغیانہ رجحانات ☆ الگ تھلک ہونا

... ☆ ☆ ☆ ...

ٹانوی رنگوں کے کارڈ

6۔ گرے رنگ کا کارڈ



5۔ سیاہ رنگ کا کارڈ



8۔ براؤن رنگ کا کارڈ



7۔ چمکنی رنگ کا کارڈ



بنیادی رنگوں کا کارڈ

2۔ نیلے رنگ کا کارڈ



1۔ سبز رنگ کا کارڈ



4۔ سرخ رنگ کا کارڈ



3۔ پیلے رنگ کا کارڈ



(Half Lotus) کا انداز اپنانے کی کوشش کرنی چاہیے لیکن اس بات کا خصوصی خیال رکھیں کہ عضلات میں کافی پلک نہ ہو اور جوڑوں کے مسائل کی صورت میں اس کی مشق بالکل شناپتیں بصورت دیگر پٹوں پر دباؤ بڑھ جانے سے جو کوئی نقصان لاحق ہوگا۔

- 1- سادہ آلتی پاتی حالت میں بیٹھ جائیں۔
- 2- دایاں ٹخنہ دائیں ٹخنہ پر رکھیں۔
- 3- انداز نشت آرام دہ حالت میں تباہا ہو۔
- 4- جس حد تک ممکن ہو اپنی ایڑی کو اپنے پٹے کی طرف دھکیلیے۔
- 5- بائیں ٹخنہ کو دونوں ہاتھوں سے بکڑیں اور اپنے پاؤں کو اٹھائیں۔
- 6- بائیں پاؤں کو ران دائیں کے جوڑے کے اوپر رکھیں۔
- 7- آپ کے بائیں پاؤں کی تلیوں کا رخ اوپری سمت ہونا چاہیے۔
- 8- آنکھیں بند کر دیں۔
- 9- ذہن کو بالکل ڈھیلا چھوڑ کر کسی بھی شے پر اپنی توجہ مرکوز کر دیں۔

ابتداء میں اس حالت کو پانچ منٹ رکھیں بعد میں اس کا دورانیہ بتدریج بڑھاتے جائیں۔

کنول یا پدم انداز (Lotus or padam):

اس انداز کے لیے جس میں بے حد پلک پیدا ہو جانے کی ضرورت ہے بہر حال بعض لوگ اس قدر چھپکے ہوتے ہیں کہ وہ کسی بھی جسم کی شکل میں بڑے بغیر حالت کنول میں پاؤں سائی بیٹھ سکتے ہیں اگر آپ کا جسم مناسب پلک سے محروم ہو تو اس انداز کو اپنانے کی قلعی قوش حکمیں درج ذیل کم کر بے حد نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے گا۔ بہتر ہے کہ اس کو کسی ماہر استاد کی زیر نگرانی سیکھئے تاکہ وہ آپ کی پلک کے لحاظ سے آپ کو صحیح ترین انداز اختیار کرنے کی تربیت دے سکے۔

اس حالت کو اپنانے کے لیے سب سے پہلے آدھا کنول انداز اختیار کریں پھر ذیل کے انداز کا اضافہ کر دیں۔

- 1- اب ٹکڑے حد تک دائیں ایڑی کو اپنے پٹے کی طرف دھکیلیں۔

- 2- دائیں ٹخنہ کو دونوں ہاتھوں سے اچھی طرح جکڑتے ہوئے اپنے دائیں پاؤں کو اٹھائیں۔
- 3- آپ کے دائیں پاؤں کی تلیاں بھی اوپری سمت رخ کئے ہوں۔
- 4- دائیں پاؤں کو بائیں ران کے جوڑے کے اوپر رکھیں۔
- 5- دونوں ہاتھ دونوں ٹخنوں کے اوپر اس طرح ہوں کہ ہاتھ کی پتھلیوں کی سمت بھی اوپری جانب ہو اور ہاتھوں کی پتھلیوں کی سمت دونوں ٹخنوں کے اوپر رہیں۔
- 6- ہر ہاتھ کا انگوٹھا اور چھوٹی انگلی آپس میں چھو رہی ہوں۔
- 7- ابتداء میں اس کا دورانیہ پانچ منٹ تک برقرار رکھیں اور پھر بتدریج اس دورانیہ کو بڑھاتے جائیں۔

☆☆☆

واضح ہوں گے۔

سوئم۔ ان کارڈوں کو آپ قسمت کا حال بتانے کے لئے بھی استعمال کر سکتے ہیں جو کہ ان کارڈوں کا اصل مقصد بھی ہے اس کے لئے ان کارڈوں کی مختصر سی وضاحت آپ کے لئے ذیل میں کر دی گئی ہے کسی شخص کو اس کی قسمت کا حال بتاتے ہوئے آپ کو شش کریں کہ بتائی گئی تفصیلات کے علاوہ اس شخص کی طرف دیکھتے ہوئے انتقال افکار کے ذریعے اس شخص کے بارے میں دہدائی طور پر بھی جاننے کی کوشش کریں اور آپ دیکھیں گے کہ آپ کے انداز سے بہت حد تک درست جا رہے ہیں۔ ٹیرٹ کارڈز کے ذریعے آپ دیگر علوم کے برعکس زیادہ وقت اور محنت کے بغیر ہی آسانی کے ساتھ لوگوں کو مستقبل کے بارے میں آگاہ کر سکتے ہیں۔

مانسٹر آرکھیا کے کارڈوں کا مختصر مطالعہ اس باب کے آخر میں بتایا جا رہا ہے اس سے پہلے آپ کو بتاتے ہیں کہ اگر آپ نے بے فی رائے کے طریق کار کی طرح ٹیلیجنسی کی مشق کر کے اپنی ESP یا کسی کی ESP کا اعجاز دکھانا ہو تو Pip Cards 40 ملحدہ کر لیں۔ جبکہ بقیہ کورٹ کارڈز کو سائینڈ پر رکھ دیں جن میں Queens Knights Pages اور Kings کے کارڈ شامل ہیں Pip Cards کے 'Aces' سے لے کر (The tens) تک ہوتے ہیں ان کی آگے چار قسمیں ہیں Swords, Caps, Wands اور Pentacles اس طرح یہ چالیس کارڈز بن جاتے ہیں۔ ان چالیس کارڈوں کی آٹھ ڈھیریاں اس طرح بنائیں کہ Aces سے لے کر The Fives تک ایک ڈھیری اور The six سے لے کر The Ten تک دوسری ڈھیری بنائیں۔ پھر جس شخص کی ٹیلی جنسک صلاحیتیں چیک کرنی ہوں ان کارڈوں کو الٹا لٹایا جائے اور ایک ایک اٹھاتے جائیں اور اس شخص سے پوچھتے جائیں کہ اس کارڈ کا Swords, Caps, Wands یا Pentacles میں سے ایک سے پانچ تک کونسا نمبر ہے اور پھر 6 سے دس تک کونسا نمبر ہے جو دہوتا ہے اسے ملحدہ ٹوٹ کرتے جائیں۔

باب نمبر 16:

ٹیرٹ کارڈز اور ٹیلیجنسی

ٹیرٹ، بیک یا تصویر کارڈوں کا مجموعہ ہوتا ہے جو کہ مستقبل کے بارے میں مختلف سوالات کے جوابات دینے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

ٹیرٹ کارڈز دو طرح کے کارڈز بیک ہوتے ہیں۔

1۔ نمبر آ کرکھیا 2۔ مانسٹر آرکھیا

نمبر آ کرکھیا 22 یاد دہی کارڈوں پر مشتمل ہے جن میں سے پہلا کارڈ فول کا ہے اور آخری کارڈ دیا کہ جہاں تمام کارڈوں پر اس کارڈ کی متاسبت سے علامات و تصاویر بنی ہوتی ہیں جن کی روشنی میں ٹیرٹ کارڈ کا مطالعہ جانتے حال قسمت کا حال بتا دیتا ہے مگر اس کے کافی سال پہلے ٹیلیجنسی کی ایک مختصر ہی کتاب تحریر کی تھی جس میں نمبر آ کرکھیا کے کارڈوں کو ٹیلیجنسی کی مشقوں کے لئے استعمال کرنے کی ذیلی اختراع متعارف کرائی تھی جس کو یاد رکھیں۔ اس کتابوں میں سن و سال لکھ کر دئے گئے اسے ٹیلیجنسی کارڈز کا نام دے دیا اس کتاب میں بتا دیا کہ ان تصاویر کی تفسیر کرنا جانتے گاہ۔

ٹیلیجنسی کے حوالے سے ان کارڈوں کو آپ جن طرح سے استعمال کر سکتے ہیں۔

اول۔ ٹیلیجنسی کی مشقوں کے لئے جیسا کہ بے فی رائے کے کارڈوں کا ذکر ہوا ہے کہ کسی شخص میں ٹیلیجنسی کی صلاحیتوں کو جانچنے کے لئے اس نے Probability کے قوانین کے تحت پانچ کارڈوں کے پانچ بیٹ بنائے ہوئے تھے جو کہ اب بھی مستعمل ہیں۔

دوم۔ ان کارڈوں پر غور رکھو اور مراقبہ کے لئے جس کے ذریعے آپ ان تصاویر کی جزئیات تک غور کر کے اپنی دماغ کی مشق کریں گے۔ نیز ان علامات کے نئے نئے مفاہم آپ

ہائیر آرکیٹ کے چاروں سوٹ چار عناصر کی نشاندہی کرتے ہیں۔

Wands کا سوٹ آگ سے منسوب ہے۔

Cups کا سوٹ پانی سے منسوب ہے۔

Swords کا سوٹ ہوائے منسوب ہے۔

pentacles کا سوٹ زمین سے منسوب ہے۔

میجر آرکیٹ کے کارڈوں کے برعکس جو کردار عانی معاملات کو ظاہر کرتے ہیں ہائیر آرکیٹ کے کارڈ روزمرہ واقعات اور لوگوں کے ان کے بارے میں تاثرات کا اظہار کرتے ہیں آسانی کے لئے کارڈوں کو عددی قیمت کے لحاظ سے بھی تقسیم کر لیا جاتا ہے عددی اہمیت حسب ذیل طریقے سے ظاہر ہوتی ہے۔

پا (The Aces):

یہ کارڈ چاروں کو ظاہر کرتا ہے مجموعی طور پر یہ وحدانیت یا متحدہ حصوں کی یکجا کی کا نام ہے جبکہ انفرادی طور پر وہ اپنے سوٹ کے لحاظ سے آگ (Wands) پانی (Cups) ہوا (Swords) اور مٹی (pentacles) کو ظاہر کرتے ہیں۔

دکیاں (The Twos):

دکیاں دو اشیاء کے درمیان تعلقات کو ظاہر کرتی ہیں یہ ذاتی تعلق بھی ہو سکتا ہے اور دو دفا داروں جہذبات اور احساسات کے درمیان تعلقات کو ظاہر کر سکتا ہے۔

تکیاں (The Threes):

تکیاں تخلیق کے تصور کی نمائندگی اور کسی نئے عین کے نتیجے میں ہونے والی تبدیلی اور مثلاً بچہ کو ظاہر کرتی ہیں یہ دو مخالف قوتوں کے درمیان تعلق کو بھی ظاہر کرتی ہیں نیز ان کا تعلق قسمت اور تقدیر سے ہے۔

ٹیرٹ کارڈ کی تصویریں



اور آخر میں نتیجہ نکال لیتے ہیں۔

چوکیاں (The Fours):

چار مادی دنیا کو کھاہر کرنے والا عدد ہے جو کہ متا صرار چار سمتوں کا بھی منظر ہے چونکہ یہ قدرت فطرت اور مادے سے بہت قریبی تعلق رکھتا ہے اس لئے یہ نعم و مضبوط اور استحکام کی نشاۃ الی کرتا ہے۔

پنجا (The Fives):

عدد چار سے منسوب استحکام اور مضبوط ایک عدد کے اضافے کے بعد پانچ کی شکل میں منتشر ہو جاتا ہے یہ پرنکشی اضطراب اور مشکل وقت کی آہ کا شاخسانہ ثابت ہوتا ہے۔

چھکا (The Sixes):

تخلیق کے باب کے حوالے سے چھ کا عدد دونوں ہفتے کے دنوں کو کھاہر کرتا ہے چنانچہ یہ تکمیل اور حصول مقصد کو کھاہر کرتا ہے یہ کوشش اور انصاف کے بعد انعام کی بھی نشاۃ الی کرتا ہے۔

سے (The Sevens):

سات کا عدد قسمت اور چاروں کی اثرات کا حامل قرار دیا جاتا ہے نیز اسے عمل و شعور اور نیکی و خوبی سے بھی منسوب کیا جاتا ہے۔

اٹھے (The Eights):

چونکہ 2 اور 4 بہت مستحکم اعداد ہوتے ہیں اس لئے ان کو ضرب دے کر آٹھ کا عدد حاصل ہوتا ہے جو کہ کامیابی برقی اور ذاتی صوبہ ساز کرتا ہے۔

نہلے (The Nines):

تین کو تین سے ضرب دی جائے تو 9 کا عدد حاصل ہوتا ہے اس طرح یہ 3 نمبر کی تخلیقی قوت کا حامل ہے یہ تحقیق کی امت کا پل کمانے کی آخری منبج کی طرف بھی اشارہ کرتا ہے۔

ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



KING of WANDS



KING of CUPS.



KING of SWORDS.



KING of PENTACLES.

دہلے (The Tens):

دہا کرتی کے حوالے سے ایک نئی سچ کو ظاہر کرتا ہے نیز یہ پچھلے کا عدد بھی ہے یہ جو میسر ہے اس پر استغنا کرنے پر بھی دال ہے جس میں اگر ایک اور اضافہ کر دیا جائے تو چابی کا شاخسانہ قرار پائے گا۔

کورٹ کارڈ ان افراد کو ظاہر کرتے ہیں جن کی آپ سے ملاقات ہونے چاہی ہو یا ان کا آپ کی زندگی میں کوئی اہم کردار ادا ہونا ہے یہ کورٹ کارڈ کسی خاص قسم کی شخصیت کے حامل فرد کو ظاہر کرتا ہے جو کمزوریل سے ظاہر ہے۔

گولے (The pages):

ایک گولا ایک بچے کو ظاہر کرتا ہے خواہ لڑکی ہو یا لڑکا یا پھر دو شیرازہ تمام گولے زمین یعنی خاکی عنصر سے تعلق رکھتے ہیں جو کہ نظم و ضبط منسوب بہندی اور عملی معاملات کا مظہر ہے۔

سپاہی (The Knights):

سپاہی جو کہ عموماً گھوڑے کی پشت پر سوار دکھائی دیتا ہے فوجی کی نمائندگی کرتا ہے اس کے ساتھ ساتھ وہ ترقی اور توانائی کو بھی ظاہر کرتا ہے۔ سپاہی آگ کے عنصر سے منسوب ہے اور یہ سپاہی میں آگ کا عنصر کی نہ کسی حد تک موجود ہوتا ہے۔

ملکہ (The Queen):

ملکہ پختہ کار قانون کو ظاہر کرتی ہے۔ اگر کارڈز کو کلسٹ کرنے والی خاتون ہے تو یہ اس کی طرف اشارہ کرتا ہے اس کا متعلقہ عنصر پانی ہے جو کہ نرمی لطافت اور دیگر نسوانی خصوصیات کی دلیل ہے۔

بادشاہ:

بادشاہ پختہ اور مجید مرد کو ظاہر کرتا ہے ملکہ کی طرح یہ بھی سال کی جنس کی طرف اشارہ کرتا ہے اس کا عنصر ہوا ہے جو کہ اختیار اور اقتدار دلیل اور دیگر مردانہ خصوصیات پر دلالت ہے۔

ٹیرٹ کا ڈرزی تصویریں



کلیدی الفاظ

چھڑیاں (Wands)

چھڑی کا کیا:

سیدھا ہوتو..... مخلقت، توانائی، نصب العین
الٹا ہوتو..... فرسٹیشن، منتشر دماغ

چھڑی کی دکی:

سیدھا..... منصوبہ بندی، تجزیہ، فیصلہ
الٹا..... تکلیف ذات، سبکدوش، اغلی کا ٹھیکس

چھڑی کی کنگی:

سیدھا..... آغاز، قسمت، امید پرستی
الٹا..... تاخیر، قوت فیصلہ کی قسمت کا چکر

چھڑی کی چوکی:

سیدھا..... حقیقی صلاحیتیں، ہم جڑی، اوضاع اعزاز
الٹا..... لغرت، پریشانی، بے پرواہ

چھڑی کی پٹی:

سیدھا..... چٹاوتی، مسرت، تسکین و اطمینان
الٹا..... سبکدوش، پریشانی، بھگست

ٹیرٹ کا ڈرزی تصویریں



ACE ♠ WANDS.



ACE ♡ CUPS.



ACE ♠ SWORDS.



ACE ♠ PENTACLE.

چٹری کی چٹکی:

سیدھا خوش قسمتی، انعام، اطمینان، تھب
الٹا تاخیر، غلطی، بددعیت

چٹری کی سی:

سیدھا سرکش، کامیابی، حصول مقصد
الٹا تاخیر، ناکامی، تکلیف ذات

ٹیرٹ کا ڈرز کی تصویریں



چٹری کا اٹھا:

سیدھا ترقی، جمیل حسین
الہ کثیفی، دون، ملامت، بھٹن

چٹری کا نہیلا:

سیدھا صلہ منزل، ثابت قدمی
الہ ناکامی، ہچکچاہٹ، بھٹن

چٹری کا دہلا:

سیدھا ذمہ داری، وقار، داری، جہد
الہ کثیفی، دون، ملامت، بھٹن

چٹری کا گولا:

سیدھا طاقت، توانائی، آقا، زور
الہ شک، عدم، محرومی، پریشانی

چٹری کا سپاہی:

سیدھا جوش، جذبہ، ناقابل غفلت کوئی
الہ پریشانی، بے صبری، سہا سہا

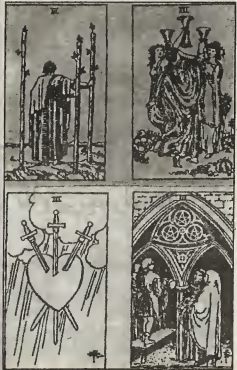
چٹری کا ملکہ:

سیدھا توانائی، قابلیت، مقصد
الہ غرور، تکبر، مداخلت، بے جا

چٹری کا بادشاہ:

سیدھا ذہانت، عظمت، طاقت
الہ تنگ نظری، عدم برداشت، جارحیت

ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



پیالے (CUPS)

پیالے کا نیکہ:

سیدھا..... محبت، جذبہ، شوق
الٹا..... غمگینی، تنہائی، مایوسی

پیالے کی دکی:

سیدھا..... تعاون، بھروسہ، دوستی
الٹا..... الجھن، غلط فہمی، جھوٹ

پیالے کی ٹکی:

سیدھا..... امید، روشن پہلو، بڑھوتری
الٹا..... خود غرضی، استیصال، خود پسندی

پیالے کی چوکی:

سیدھا..... اوریت، یمن، بے سکونی
الٹا..... غمگینی، بچتا ہوا، خود غرضی

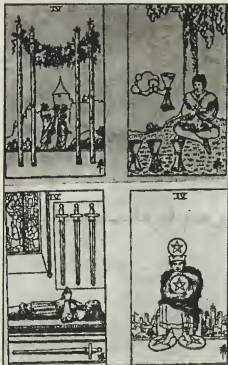
پیالے کی چٹخی:

سیدھا..... ناخوشی، بچتا ہوا، نقصان
الٹا..... بچتا ہوا، پریشانی، خود میں گم

پیالے کی چٹکی:

سیدھا..... یادگار انجام، داکر، مہ، قحط
الٹا..... تاخیر، مایوسی، پرانی یادیں

میرٹ کارڈ کی تصویریں



پیلے کی سٹی:

سیدھا پسند، دھوکہ، فریب
الٹا تصور، مراب، غیر حقیقی پن

پالے کی ٹھی:

سیدھا..... بدھ متی قربانی ترقی

الٹا..... تہذیبی، غیر جینی پن، تعمیرات

پالے کا ٹھلا:

سیدھا..... خوشی کی کمی، امید پرستی، طاقت

الٹا..... سلی پن، بھوک، پریشانی

پالے کا ڈپلا:

سیدھا..... تسکین، پھیل، بھمراؤ

الٹا..... خوشی کی کمی، رکاوٹ، تاخیر

پالے کا گولا:

سیدھا..... حساسیت، عاجزی، سادگی

الٹا..... سماجی، غیر تسلی بخش، کٹھن ورن

پالے کا سیاہی:

سیدھا..... آدوش پسندی، اصل پن، امید پرستی

الٹا..... غیر حساسیت، دھوکہ، بھوکلا ج

پالے کی ٹلک:

سیدھا..... حساسیت، مہربانی، شفقت

الٹا..... غور و خوض، نفوذ پن، بکیر

پالے کا پاؤ شاہ:

سیدھا..... سرد مہری، شاہانہ طالع، بفر

الٹا..... دھوکہ، استیصال، بفر

ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



تلواریں (Swords)

تلوار کا نیکا:

سیدھا..... ڈھانت، جھمکی، دلاک
الٹا..... عدم انصاف، فرسٹیشن، چانداری

تلوار کی دکی:

سیدھا..... دلاک، بحث، تجزیہ
الٹا..... شکش، چارحیت، بھٹن

تلوار کی تنگی:

سیدھا..... تجدیدی، تغیر، شکش
الٹا..... فرسٹیشن، مصیبت، پریشانی

تلوار کی چوکی:

سیدھا..... تجدید، اعادہ، ریکوری
الٹا..... طیجھکی، تہائی، دوری

تلوار کا پنجا:

سیدھا..... نکست، تذلیل، جغیر
الٹا..... بے ایمانی، دھوکہ، فریب

تلوار کا چھکا:

سیدھا..... تجدید، تکفیل، نو بنی زندگی
الٹا..... تاخیر، اتواء، مسائل

تلوار کا ست:

سیدھا..... ڈھانت، جزداء، روشن خیالی
الٹا..... خوف، بزدلی، قدامت پسندی

ٹیرٹ کا رڈ کی تصویریں



ٹکوار کا اٹھا:

سیدھا..... تاخیر و کاٹ، التوا
الٹا..... فرسٹیشن، بے چارگی، ناتوانی

ٹکوار کا شہلا:

سیدھا..... اضطراب، پریشانی، شک
الٹا..... ڈپریشن، بے چارگی

ٹکوار کا دہلا:

سیدھا..... احتیاط ترقی، بڑھوتری
الٹا..... مشکل، تکلف، اضطراب

ٹکوار کا گولا:

سیدھا..... احتیاط، ہوشیاری، سچائی
الٹا..... عدم بھروسہ، شک، دوہم

ٹکوار کا سپاہی:

سیدھا..... حوصلہ، طاقت، باقدار
الٹا..... بے صبری، جارحیت، جلد بازی

ٹکوار کی ملکہ:

سیدھا..... نصب العین، آزادی، خود مختاری
الٹا..... سرحدی، تہائی پسندی، بے انتہائی

ٹکوار کا پادشاہ:

سیدھا..... اقتدار، قوت، عہدت
الٹا..... غم، استیصال، ہجر

ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



ستارے (Stars)

ستارے کا ایک:

سیدھا اس کا نام خوفناک، اطمینان
الٹا عدم استحکام، لچک، اضطراب

ستارے کی دوکی:

سیدھا اطمینان، نگاہ، امید پرستی، روشن خیالی
الٹا بے صبری، لاپرواہی، جلد بازی

ستارے کی تکی:

سیدھا دیکھنا، تسکین، صلہ
الٹا تنہید، غرور، بیش، دہاک

ستارے کی چوکی:

سیدھا خوفناک، قابلِ خوش گوئی، اطمینان
الٹا دہاک، لچکاہٹ، بداعت

ستارے کا پتھا:

سیدھا مشکل، عدم خوفناک، پریشانی
الٹا بے چارگی، بے حد کی تنہائی

ستارے کا چھکا:

سیدھا عمر کی، طاقت، سلوک
الٹا بے احتیالی، پریشانی، عدم مسرت

ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



ستارے کا ستا:

سیدھا..... خوش قسمتی، خوش، مستقل مزاجی
النا..... نکست، آملا کی، جوایت

ستارے کا اٹھا:

سیدھا..... ترقی، خوشحالی، غرور
الٹا..... پریشانی، اضطراب، مشکل

ستارے کا ٹہلا:

سیدھا..... تحفظ، تہائی، کامیابی
الٹا..... عدم تحفظ، انحصار کرنا، مایوسی

ستارے کا دھلا:

سیدھا..... تحفظ، سپورٹ، تعاون
الٹا..... عدم اعلیت، رکاوٹ، دھواک

ستارے کا گولا:

سیدھا..... تحفظ، انحصار کرنا، مجبورک
الٹا..... عدم سہرت، فرسٹریشن، بکھن

ستارے کا سپاہی:

سیدھا..... محلیت، انحصار، نفوس سوچ
الٹا..... پوریت، بھراؤ، پاسبیت

ستارے کی مکھ:

سیدھا..... واضح انداز، حساسیت، شہادت
الٹا..... مادہ پرستی، عدم تحفظ، اداچی

ستارے کا بادشاہ:

سیدھا..... دیانت داری، عمل پسندی، سیکورٹی
الٹا..... کمزوری، حرص، لغزش، پاہ

ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



ٹیرٹ کارڈز کی تصویریں



باب نمبر 17:

ESP اور ایڈگر کیسی

(Edgar Cayce)

ایڈگر کیسی نے 1877ء میں کھنکی کے ایک چھوٹے سے گاؤں میں آگے کھولی اور وہیں پرورش پائی وہ بچپن ہی سے ”پس نامہ“ تو نہیں لیکن ایک ”مشکل بچہ“ تصور کیا جاتا تھا۔ لیکن اس کے اہل خانہ اور مسایلوں کے وہم و گمان میں بھی نہ تھا کہ وہ ایک عجیب و غریب صلاحیتوں سے بھرپور بچہ ہے اگر انہیں علم ہوتا تو وہ یہ جان کر خوش ہوتے کہ اس سے کسی گمشدہ چیز کے بارے میں معلومات حاصل کی جائے بلکہ وہ لوگ اس قسم کی باتوں پر یقین نہیں کرتے تھے۔

اس کی والدہ ایک مذہبی عورت تھی اور اس کی زیر تربیت اس نے پائل کے مطالعہ میں سکون و طمانیت محسوس کی۔ وہ باقاعدہ پائل کا مطالعہ کرتا اور اس پر مکمل ایمان رکھتا تھا بعد ازاں فرانس کے زیر اثر اس پر شکوک ہوا کہ تاج میں سہائی کا یلعد موجود ہے تو اس کا مذہبی فلسفہ وسعت سے ہٹتا ہوا اگرچہ پائل اور عیسائیت کی تعلیمات پر اس کا ایمان غیر حائل رہا تاہم اس میں تاج پر یقین بھی شامل ہو گیا۔ ایڈگر اپنی اکثر فرانس کے زیر اثر پیش گوئیوں میں نفسیاتی صحت کے لئے اندرونی سکون..... ملتی اور روحانی پرو زور دیتا ہے۔

ایڈگر کیسی کو تقریباً 12 سال کی عمر میں اور اک ہو گیا تھا کہ فینڈ کے دوران اس کی پر اسرار ملا جس جاگ اٹھی ہیں تاہم اس نے 12 سال کی عمر کو پہنچنے تک ان صلاحیتوں کا استعمال بہت کم کیا شروع میں اسے سخت مشکوک رد عمل کا سامنا کرنا پڑا حتیٰ کہ اسے برا بھلا بھی کہا گیا اس کا ابتدائی کیریئر مشکلات سے بھرپور رہا اور اس دوران اس کی بیوی نے اسے بہت اخلاقی حوصلہ دیا جس سے اس کی شادی 1903ء میں ایک طویل معاشرے کے بعد ہوئی تھی۔ اس دوران اس کی

بیوی کا مہر وصال اور عرصہ بعد میں اس طرح اس کے کام آیا کہ وہ اپنے خاوند کی فرانس کی حالت میں کی گئی پیش گوئیوں کو پوری توجہ اور صحت کے ساتھ سمجھنے کے قابل ہو گئی۔

آغاز میں جبکہ ایئر کیسی اس بات پر متذبذب تھا کہ اپنی صلاحیتوں کو کیسے بھرنے کا ر لائے اس نے رضا کارانہ طور پر خود کو مختلف قسم کے ٹیسٹوں کے لئے ڈاکٹروں کے آگے پیش کر دیا اگلے چند برسوں میں میڈیکل پروفیشن کے شکوک و شبہات بہت کم دور ہو سکے لیکن کسی خود اپنی صلاحیتوں کی اثرائدگی کی قائل ہو چکا تھا۔ لہذا اس نے اختتام طلب کا اپنا نام خیال بنانے کی کوششیں ترک کر دیں۔

1915ء میں وہ 38 سال کی عمر کو پہنچ چکا تھا اور اس وقت اسے یقین ہو چلا تھا کہ اس کی صلاحیتیں خدا کی طرف سے نعمت غیر حرج ہیں اور ان کی مدد سے وہ نئی نوع انسان کی بھلائی کا کام انجام دے سکتا ہے۔ دوسری جنگ عظیم کا ایک نوجوان ڈیوڈ کاہن سے ہوئی جو کہ اس کے کام و پائے میں تک پہنچانے کے لئے اپنی زندگی وقف کرنے کے لئے تیار تھا۔ ایئر کیسی کی بیوی کے علاوہ ڈیوڈ کاہن واحد شخص تھا جس نے اس کے کام کو مسترد نہیں کیا۔

1931ء میں Research and Enlightenment کی تنظیم قائم کی گئی تو

ایئر کیسی کا بڑا بیٹا اس کا اختتام بنایا گیا ایئر کیسی نے بہت شروع ہی سے محسوس کر لیا تھا کہ شکوک و شبہات سے بالاتر ہو کر ایک عظیم قائم کی جائے جو کہ فرانس کی حالت میں کئے گئے مطالعات کا باقاعدہ ریکارڈ مرتب کر کے اسے دستاویزات کی شکل دے سکے جنہیں بخوبی محفوظ کیا جاسکے متذکرہ بالا ARE نے کسی کے مسودات کو خوف و گھبراہٹ کی ترتیب سے ایک ایک کو ترسیب کرنا شروع کر دیا تاکہ مستند انسانوں اور ملحق ماہرین کے لئے ریسرچ کی سہولتیں فراہم ہو سکیں جس سے انہیں ایئر کیسی کی روحانی صلاحیتوں کو محسوس انداز میں بیان کرنے کے لئے ایک مضبوط بنیاد فراہم ہو سکے اس کا یہ مقصد بہت حد تک حاصل ہو چکا ہے۔ کیونکہ مذکورہ بالا مسودات کی بدولت پختہ کار مستند انسانوں کو ٹیسٹوں اور موازنوں کے لئے قابل قدر مسودات فراہم ہو گیا ہے اور کسی کی بصیرت کو ایک ایک جگہ پر جمع کر دیا گیا ہے جس طرح کہ اس کی اپنی زندگی میں ہوتا رہا تھا۔

1923ء میں گیلٹ نیوڈیس ایئر کیسی کی بیکہ بیکہ مقرر ہوئی۔ اس کے بعد فرانس کی حالت

میں کسی نے جو کچھ بھی کہا اس کی بیکہ بیکہ نے بلا کم و کاست اسے جذبہ اور حوصلے کے ساتھ مقبول کر لیا۔

ایئر کیسی اپنی سالگرہ 68 ویں سے عین ماہ پہلے دار فانی سے کوچ کر گیا۔ اس نے اپنے بارے میں رینڈنگ کرتے ہوئے۔ بار بار یہ عرض کیا تھا۔ کہ اگر اس نے روزانہ دو بار سے زیادہ نشیمنوں میں رینڈنگ دی تو وہ بہت تیزی کے ساتھ فرانی صحت سے دوچار ہو گا تاہم اس وقت تک اس کی شہرت اس دور تک پھیل چکی تھی کہ وہ درخواستوں کی بھرمار سے انکار نہ کر سکا جو کہ رینڈنگ کے لئے اس سے کی جا رہی تھیں اور اس طرح اس نے باہر مجبوری خود ہی اپنے آپ کے لئے صحت آموز رینڈنگ کو تفریحی امتیاز کر دیا تاکہ زیادہ سے زیادہ لوگوں کو فیصل پہنچایا جاسکے ستمبر 1944 تک وہ روزانہ آدھ رینڈنگ کر رہا تھا حتیٰ کہ اسے تھکاوٹ نے آن گھیرا۔ اس کے بعد اس نے رینڈنگ دینی چھوڑ دی حتیٰ کہ اس کی صحت اس کی موت تک تیزی سے گرنے لگی۔ اس کی بیوی کی طبیعت بھی خاوند کی وفات کے بعد طول رہنے لگی اور یک ماہ میں 1945ء کو وہ بھی انتقال کر گئی۔ ڈیوڈ کاہن، ایئر کیسی پر اپنی کتاب لکھ کر دوانے کے ٹیک ایک مہینے بعد سات دسمبر 1968ء میں فوت ہو گیا۔

گیلٹ نیوڈ نے بعد ازاں اپنی ریکارڈ کردہ چودہ ہزار رینڈنگز کا ایکس کی شکل میں مرتب کیا جو کہ جان جو کھوں کا کام تھا اس نے یہ کام ARE کے تھا نہ جس میں قائم لاہوری میں کیا جو کہ درجینا میں قائم کی گئی تھی 1969 تک اس نے نوے فیصد سے زیادہ کام مکمل کر لیا تھا۔

ایئر کیسی کا وارن:

ایئر کیسی اپنے لوہے خود ہی فرانس قائم کر لیا تاکہ غیب جی جی سلیک صلاحیتوں کا مظہر تھا۔ اس کی چارواکر صلاحیتیں علاج کی نشیمن اور جوہر تک محدود تھیں اور وہ ہاتھ و پیروہ سے چھو کر یا کسی اور مجازا سے علاج کا دھوکہ نہ دیتا تھا۔

اس کے بچوں وہ اپنی فرانس کی حالت میں اس کا بار داغ جسم کے اس حصے تک پہنچ جاتا تھا جو کہ رینڈنگ کا متقاضی ہوتا ہے۔ اور بعض اوقات اس کا معمول یا سائل سے ہزاروں میلوں کا

فاسلہ ہوتا جس کو پات کراس کا دماغ ٹیلی وٹس کے انداز میں سائل کے جسم تک اور دماغ تک پہنچ جاتا۔ یوں محسوس ہوتا تھا کہ ایڈگر میں جسم کے ایک ایک غٹے کے ساتھ رابطہ کرنے کی صلاحیت بدرجہ اتم پائی جاتی تھی اور اسے اس روحانی سفر کے دوران وہ مذکورہ شخص کی مکمل جسمانی وقتی اور جذباتی حالت تک خیال خوانی کے ذریعے رسائی حاصل کرتا اسے اپنی دماغ کی اہروں کے ذریعے ٹوٹا تھا۔

وہ جسم اور دماغ کو ایک واحد شے کے طور پر تصور کرتا تھا جس کے تمام افعال میں توازن اور تعاون کا حصول اس کی ریڈنگ کی بنیادی کلید تھی وہ جس قسم کے علاج کی سفارش کرتا تھا اس میں جسمانی تھرائپی، ہر جری، ادویات، خوراک، ورزش اور نفسیاتی رہنمائی شامل ہوتی تھی اس میں ایک خصوصی طور پر قابل ذکر قابل یقین حد تک صلاحیت پائی جاتی تھی کہ وہ سائل کی مخصوص ڈاکٹر کے بارے میں بھی جانکاری حاصل کر کے اس سے علاج کروانے کی سفارش کرتا حالانکہ شعوری طور پر وہ اس ڈاکٹر کے بارے میں علم نہ رکھتا تھا ایک ڈاکٹر کیسی نے ہاربا سفارش کی جو کہ بعد ازاں ARE ایڈگر کا ڈاکٹر کے ایڈجی پتھرانی پناہ شٹ کا سربراہ بھی مقرر ہوا۔

کیسی نے اکثر ایسے معجزانہ علاج تجویز کئے جو وہ لوگ جو تک جگہ سے علاج کروانے کے بعد ڈاکٹروں کی طرف سے اس علاج قرار دیے جانے کے بعد مایوس ہو چکے تھے وہ بھی رو بہ صحت ہو گئے اس طرح بعض ایسے معالجات جو کہ اس وقت کیسی کی طرف سے تجویز کئے جانے پر اس دور میں ماہرین طب کی طرف سے مسترد کر دیے گئے تھے بعد ازاں ہونے والی ریسرچوں سے ان کی طبی افادیت ثابت ہو گئی۔ تاہم بعض ایسی سفارشات بھی تھیں جو کہ تھیں حال ہی تحقیقات سے پایہ ثبوت تک نہیں پہنچ سکیں۔ ان تحقیقات کا بڑا حصہ ARE کی لیبارٹریوں میں سر انجام پانے کے بعد ہی دریافت کیا گیا ہے اور ان سے اس کی تصدیق ہوتی۔

کیسی کی وفات کے پانچ سال بعد 1950 میں نیوریشن بورڈ آن نیچل ریسرچ کونسل نے کیسی کی تجویز کردہ وائٹ اور نارٹل وائٹ کا موازنہ کیا تو دونوں کے درمیان حیرت انگیز طور پر مماثلت پائی گئی مثال کے طور پر جو کو پیلے کسی کو ہدف تنہید جاتے تھے اب انہی کی طرف سے ایک حوالہ ازن الکلائن..... جیو الی خوراک کی افادیت کے ظاہر کی جارہی ہے۔

ذیل میں ایڈگر کیسی کے باکولات و مشروبات کے حوالے سے دی گئی ریڈنگز شامل کی جارہی ہیں جن کا صحت کے ساتھ عمومی تعلق پلایا جاتا ہے اس کے علاوہ بعض اقباسات میں ان اشیاء کا مرض کے حوالے سے تجویز کیا جاتا بھی شامل ہے جن کیسوں میں مشاہبت پائی جائے ان میں تو کسی کی ریڈنگ سے استفادہ کیا جاسکتا ہے لیکن اس کے ساتھ ہی سائل کے حوالے سے دیگر چیزوں کا فرق بھی ملحوظ خاطر رکھا جانا چاہیے جیسا کہ کیسی نے خود کہا ہے۔

”ایک جسم کے لئے جو چیز قابل قبول ہے وہ دوسرے کے لئے سوچنا یا لاگو کرنا مناسب نہیں ہے جب تک کہ دونوں اجسام کی کیفیت آپس میں متوازی نہ ہو۔“

اس حوالے سے یہ واضح کیا جانا ضروری ہے کہ کسی جسم کا دوسرے سے متوازی قرار دیا جانا ایک مشکل اور پیچیدہ و اس پر اور اسے محض قاری کی صوابدید پر نہیں چھوڑا جاسکتا۔

درج ذیل اقباسات کا مقصد عام قاری تک ایڈگر کیسی کی خوراک اور مشروبات کے حوالے سے دی گئی معلومات سے روشناس کرانا ہے اور یہ اقباسات مکمل ریڈنگ کا حصہ ہیں اور یہ صرف عمویت کے حوالے سے شے افراد کو دے کے طور پر نقل کیا گیا ہے لہذا ان سے عمومی طور پر استفادہ کیا جاسکتا ہے لیکن مخصوص حالات میں ڈاکٹر سے مشاورت ضروری ہے۔

الکول مشروبات:

زیادہ مشائیاں غیر مناسب تغذیہ کا باعث ہیں۔ اس طرح الکول آئیز چیزیں بھی نقصان دہ ہیں اس لئے ان سے پرہیز کیا جانا چاہیے۔

ان باتوں پر عملدرآمد کر کے سسٹم کو بہتر بنا جاسکتا ہے۔ اس طرح سسٹم سے تیزابیت دور ہو جانے کی اور سسٹم کی صفائی ہو جانے کے بعد وہ صحیح شکل میں رہنے لگے گا۔

خوراک کے حوالے سے ان چیزوں پر توجہ مرکوز کریں جو کہ نظام میں ابھی اور تیزابی مادوں کو متوازن کر سکتے یا موجب ہوں انہی شرباب بھی توازن میں استعمال کی جانے بلکہ اسے صرف ہانسنے میں معاون سمجھتے ہوئے محض کھانے کے ساتھ شامل کریں۔

تیزابیت کے حوالے سے احتیاط کریں کہ محرک افدہ پر احم الکول، ہرا، پھلی استعمال نہ

کر میں یہ خون کے دوران اور دماغی قوتی کے لئے باثرات کی حامل ہوگی۔

سوڈا سے بنے ہوئے مشروبات کے بارے میں احتیاط رہیں سوڈا ڈرنک بہت کم استعمال میں لائیں کیونکہ یہ جسم کے لئے نقصان دہ ہیں۔

کسی بھی قسم کے کاربوئیڈ ڈرنکس استعمال میں نہ لائیں۔ اگرچہ کچھ سوڈا ڈرنک جو کہ بیک اور گردوں کے درمیان اخراج کو بہتر بناتے ہیں انہیں سادہ پانی کے ساتھ استعمال کر کے فائدہ اٹھایا جاسکتا ہے۔

کاربوئیڈ واکاٹ کے حامل مشروبات استعمال میں نہ لائیں ان کی گیس صحت کے لئے نقصان دہ ہے جو کہ جسم میں جمع ہونے والے کیمیائی مادوں کے عدم توازن کے لئے مہلکی پرجل کا کام دیتی ہے۔

میں کاربوئیڈ مشروبات سے احتراز کرنا ہوگا آکس اور آکس کریم استعمال کرنے میں کوئی مضائقہ نہیں ہے۔ یہ جسم کی عضلاتی بافتوں کے حوالے سے بھی تکلیف کا باعث ہیں۔

کاربوئیڈ واٹر کے حامل مشروبات اگرچہ تھپی اور کولا کولا وغیرہ بھی کھانا اضافہ طور پر لینے چاہئیں اور انہیں باقاعدہ استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔

کوکا کولا:

کوکا کولا کو سادہ پانی میں ملا کر استعمال کیا جائے تو یہ گردوں اور مثانے کے فعل کو تھریک دینے میں معاون ثابت ہوگا۔ اس طرح کا ایک گھاس دن میں دو بار لینا کافی ہوگا۔ اسے برف کے ساتھ بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ عموماً دوران کے لئے بھی مفید و موثر ثابت ہوگا۔

قوائے جسمانی کو بہتر بنانے نیز گردوں اور جگر کے درمیان توازن پیدا کرنے کے لئے ضروری ہے کہ درست غذا استعمال کی جائے کسی بھی قسم کے کاربوئیڈ مشروبات استعمال کرنا صحت کا باعث نہ ہوگا۔ کولا کولا وغیرہ گردوں کو صاف کرنے کے لئے بہتر ہے لیکن اسے سادہ پانی ملا کر ہی استعمال کرنا چاہیے۔

کاربوئیڈ ڈرنکس بالخصوص کوکا کولا وغیرہ گردوں کے ذریعے فاضل مادوں کا اخراج کر کے

نظام اخراج کو بہتر بناتے ہیں۔

ڈیٹیکٹس سے بچنے کے لئے کاربوئیڈ مشروبات سے دور رہیں یا پھر انہیں باقاعدگی سے استعمال کرنے کی بجائے کبھی کبھار استعمال کریں۔ اور وہ بھی کولا کولا وغیرہ بہت تھوڑی مقدار میں اس سے گردوں کی تکلیف سے نجات ملے گی۔

کوکا کولا وغیرہ جھوڑے سے پانی کے مرادوں میں ایک یا دو بار استعمال کرنا گردوں کے فعل کو بہتر بناتا ہے۔ اور جگر کا دوران خون بہتر ہوتا ہے۔

کانفی:

کچھ لوگوں کے لئے کلیجین کانفی میں پانی جانے والی کلیجین ہاضمے کے لئے سخت ثابت ہوتی ہے جبکہ معدے کے ذریعے جوف میں پہلے سے براہم پانی جاتی ہے۔

تاہم کانفی کا استعمال بریغ، گوشت یا ماضیاتی کے ہاتھ کرنا بہتر ہے گا۔

ذریعہ جٹ جسم کے لیے Tannin کو دور کرنا ازب ضروری ہے۔ اس کے بعد کانفی دن میں دو یا تین بار دودھ یا کریم کے بغیر استعمال میں لائی جاسکتی ہے۔

بعض لوگوں کو کانفی نقصان دہ نہیں ہوتی بعض لوگوں کو شام کو دہ سے کانفی پینے کے بعد نیند نہیں آتی بعض لوگ ایسے بھی ہیں جنہیں کانفی پینے بغیر نیند نہیں آتی ورنہ انہیں سردی کی شکایت لاحق ہو جائے گی۔ کانفی کے بعض اجزاء بعض جسمانی افعال کو تھریک دینے کا باعث ہوتے ہیں۔

سوال: آیا معدے کی قوت یا حاصر کے حوالے سے کچھ دودھ کا کانفی میں استعمال، کریم کے استعمال کے برابر ہے؟

جواب: اس بات کا انحصار جسم کے نظام کی حرکت پر ہے کریم یقیناً دودھ کی نسبت کم سخت ہے اور آسانی سے ہضم ہو جاتی ہے نیز وہ ایسی سخت چیز پیدا کرنے کا باعث نہیں بنتی جو کہ جسم میں فاضل ہو جائے۔

لیکن بہتر یہی ہے کہ کانفی میں دودھ استعمال کیا جائے اور نہ ہی کریم اگرچہ کانفی میں کریم کم نقصان دہ ہے اور غذائی قدر بھی زیادہ کی حامل ہے لیکن اس میں ایک ایسا جزو ہوتا ہے جو کہ

پتہ لورڈی سے آنے والے عرقیات پر سخت عمل کرتا ہے اور اس دوران وہ Lacteals کو ہائے کے ذریعے مضمت کر رہا ہوتا ہے۔

سوال: کافی میں جینی استعمال کرنا کیسا ہے؟

جواب: بلاشبہ براؤن شوگر قابل ترجیح ہونی چاہیے شوگر بذات خود نقصان دہ نہیں ہے بشرطیکہ اس کا دیگر چیزوں اور مشائیوں میں بہت زیادہ استعمال نہ ہو رہا ہو۔

سوال: سیرے لئے کافی کیوں کر اچھی رہے گی؟

جواب: نظام جسم میں گیسوں کے بننے کو بالغ ہوگی۔

جائے:

اس بات کا خیال رکھیں کہ خوراک نظام اخراج کے لئے کیڑا مفعیہ ثابت ہو سکتی ہے انکی پیدا کرنے والی خوراکیوں کو زیادہ استعمال کریں۔ اور غیر مناسب تخمیر پیدا کرنے والی غذاؤں سے بچائے اور اکل و غیرہ سے بچنا چاہیے۔

گرووں کی انفیکشن سے بچنے کے لئے کاربوئیڈز و گیس ہرگز استعمال نہ کریں کبھی کبھار تھوڑی سی چائے پی جا سکتی ہے وہ بھی دودھ یا کریم کے بغیر بہتر رہے گی۔

پانی:

پانی کو پیتے ہوئے اسے دو تین بارنگلی کے اعزاز میں منہ میں مچھاتے ہوئے چبانے کے اعزاز میں منہ ہلاتے ہوئے اندر لے کر گھٹیں تاکہ منہ کے اندر خود دونوں کی حرکت پانی کے ساتھ بخوبی مل جائے اس لئے پانی کے بوسے بوسے کو ٹھنڈے نہیں بلکہ چھوٹے چھوٹے ٹھنڈے لیٹے ہوئے عمل کریں یہ دے کے لئے مفعیہ ہے۔

ہر روز پانی بکثرت نوش کریں جو کہ خون کی کمی اور گرووں کے خراب فعل کو دور کرنے میں مفعیہ و موثر ثابت ہوگا۔

صحیح عادات اپنانا نہیں پانی خراب استعمال کریں بلکہ اسے دوائی کے اعزاز میں استعمال کریں تو جسم کی حالت بہتر ہوگی اور ہر ٹیشن سے نجات ملے گی۔

گرووں کی بہتری کے لئے خوب پانی پینا چاہیے تاکہ سردے پیدا نہ ہوں ایسا پانی ٹیکس جس میں بیماری Lithia نہ ہو بلکہ ایسا Lithia جس میں چونہ اور گندھک کی کافی مقدار ہو۔

انڈے اور ڈیری مصنوعات

کھن:

سوال: کندھوں کے پیچھے شدید کھن اور سوجن کی کیا وجہ ہے؟

جواب: نظام انہضام کی اعصابی قوتوں Sympathetic اور مرکزی نظام اعصاب کے درمیان ہم آہنگی کی کمی کی وجہ سے یہ تکلیف لاحق ہوتی ہے اس لئے ہر طرح کی چکنائی سے پرہیز لازم ہے۔

تاہم کھن استعمال کرنے میں کوئی حرج نہیں اس لئے ہنریوں کو کھن میں تیار کر کے استعمال میں لایا جانا چاہیے۔

چکنائی زیادہ مقدار میں استعمال نہ کریں ہنریاں کھن دے استعمال کریں اور پکاتے ہوئے پانی ہم استعمال کریں تاکہ ہنریوں کے تنگیات اور عرقیات ضائع نہ ہوں۔

چکنائی کا زیادہ استعمال جسم کے لئے مناسب نہیں ہے کیونکہ معدے میں اسے مضمت کرنے کی صلاحیت زیادہ نہیں ہے کھن والی چکنائی اور بخیر و غیرہ کا مناسب استعمال بہتر ہوگا۔

بہتر انہضام کے لئے انگی کی حامل غذائی استعمال کریں کیونکہ جینا بی کی حامل غذائیں تکلیف کا باعث بنتی ہیں اور استعمال کرتے ہوئے اس کی سفیدی کو طبعہ کر دیں۔

سالم گندم کی روٹی:

سالم گندم کا دیہ جسے جین سے چار گھنٹے پکا دیا گیا ہو پانی کے مرض میں جسم کو تقویت دینے کے لئے مفعیہ ہے لیکن یہ زیادہ مقدار میں نہ دیا جائے یہ دیہ جسم کے نظام میں آنے والی بی کی خرابیوں کو دور کرنے کیلئے ضروری دوا منتر کا حامل ہوتا ہے۔

نوروزوں کی بہتر کارکردگی کے لئے بھی سالم گندم کا مندرجہ بالا طریقے سے تیار کیا گیا دیہ

وہیں جو کہ جسم کو آثرن، بھڑور و نامن، ہاتھوں و نامن لی و ن سہا کرے گا جو کہ جسم میں سرکریزی قوتوں کی بہتری کے لئے کارآمد ہے۔ یہی دل خون کی کو دور کرنے کیلئے بھی بہترین ہے۔ جسم سے غلاسد باودن کے اخراج کے لئے گندم کو کرش کر کے بنایا گیا دلیہ مفید ہے۔ اور اگر اس کے ساتھ دودھ ملا لیا جائے تو زیادہ بہتر ہوگا۔

بکرے کا گوشت:

ایسی خوراک استعمال کریں جو کہ آثرن کی حامل ہو اور مسلم کے ساتھ مطابقت کرتے ہوئے جزد بن بن جانے گوشت کم از کم استعمال کریں سوائے بکرے کے گوشت کے جو کہ ضروری غذا کی اجزاء کا حامل ہوا ہے بکرے کا گوشت چکنائی کے بغیر روست کریں بکرے کے گوشت کے پتلے جسے جو کہ روغنیات سے بھر کر ہوتے ہیں زیادہ مناسب ہیں۔ بکرے کا گوشت خون کی کو دور کر کے جسم کو مضبوط اور توانا بناتا ہے۔

کلیجی:

کلیجی کا شام کے کھانے میں استعمال ہونے کے لئے مفید اور کمزوری رفع کرنے کیلئے بہترین ہے۔ اس کے استعمال سے قوائے جسمانی میں بہتر تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔ جسم کو توانا بنانے کے لئے وہ نامن سے بھر کر غذا نہیں استعمال کریں مثلاً کلیجی جین سے دیگر چکنائیوں کی بجائے مکھن میں تیار کرنا بہتر ہوگا۔

اصصانی کمزوری اور مرگی کے لئے گوشت سے پرہیز یا کم گوشت استعمال کرنا بہتر ہوگا لیکن کلیجی مفید ہوگی جو کہ مناسب مقدار میں کھائی جائے تو اعصاب پرچمہ اور اثرات کی حامل ہوگی۔ خون کی کو دور کرنے کیلئے شام کے کھانے میں ہفتے میں ایک بار یہ اٹھ کلیجی کھانا کافی ہوگا یہ خوراک باقاعدگی سے استعمال کی جائے تو چھ تا آٹھ مہینوں کے دوران وزن 150 پاؤنڈ کی بارل تک آجائے گا۔

سوال: کیا میں سرخ گوشت چھوڑ دوں اگر جواب ہاں میں ہے تو کتنے عرصے تک چھوڑے رکھوں۔

جواب: اگر سرخ گوشت چھوڑنا ہو تو کلیجی کا استعمال جاری رکھیں۔

دفع الغلاصل کے لئے دوپہر کو چھپرے کی کلیجی اچھا پڑے ہوئے جلد والی بھری استعمال کریں شام کو بھی کلیجی استعمال کریں جو کہ فرائی نہ کی گئی ہو لی کی مرض میں بھی دوتین بار کلیجی کھانا مفید ہے۔

چھلی اور سمندری خوراک:

سوال: کیا آپ کے دانت بیماری کا باعث ہیں؟

جواب: جہیں۔ منہ اور صلیق کے معالجے سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ غدودی افعال میں خرابی کی وجہ سے ایسا ہو رہا ہے یا پھر قحطی راہیہ گیٹور کی ناقص کارکردگی جتا پورٹم کے ساتھ مل کر اثر انداز ہو رہی ہے اس لئے ایسی غذائیں استعمال کی جائیں جن میں آئینہ اور کالیم کی وافر مقدار پائی جائے سمندری چھلی اور تمام سمندری غذائیں سی فوڈ اس مقصد کو پار کرتی ہیں۔

اٹھ لہال استعمال کرنا بہتر ہے نسبت فرائی کرنے کے۔ جب پانی ابلنا شروع کرے تو اس میں اٹھ و مال ویں اور اسے پانچ منٹ تک اگلنے دیں۔ پانچ منٹ سے زیادہ نہ لہالیں ورنہ خاطرہ نیلا ہو جائے گا۔ اٹھ لے کی زردی بچے کو دے دیں اور سفید یا ماں استعمال کرے جو کہ عمومی کمزوری رفع کرنے کے لئے موثر ہوگی۔

اٹھ لے کم کم ہی استعمال کریں۔ وہ بھی فرائی نہیں بلکہ ابلے ہوئے ہونے چاہئیں۔

سوال: چھلی کا تیل فوڈا یا دوسرے وغیرہ جسمانی نوکے کے لئے قدر معادل ہوگا؟

جواب: یہ تمام اجزاء دوسرے کی خوراک کے ذریعے حاصل کرنا زیادہ بہتر ہوگا اگر گندم یا جوکا موٹا دلیہ استعمال کیا جائے یا پھنکھنیاں یا کرکھائی جائیں تو منہ بچ والا اشیاء بخوبی حاصل ہوں گی اس کے ساتھ ہی روزانہ اٹھ لے کی زردی استعمال کریں تو خالی دہن لینے کی نسبت یہ زیادہ بہتر اعزاز میں جزد بن نہیں گئے۔

قورنج:

صبح تازے پھلوں کی غذائیں اور اس کے 30 یا 40 منٹ بعد اٹھ لے کی زردی استعمال

کریں اور ساتھ ویلے یا سیریل استعمال کریں۔ یہ صبح کے ناشتے کے حوالے سے بہت بہتر ثابت ہو گا۔

یہ یوگرم کے لئے درج ذیل غذا تھوڑی بہت تہہ ملی کے بعد استعمال کریں۔
صبح: نیم ایلٹا اٹھ (زوری لیس، سفیدی چھوڑ دیں) کیونکہ سفیدی میں ہانسنے کے حوالے سے سخت اجزاء ہوتے ہیں نیز اس میں ایلوین کا مادہ بہت زیادہ پایا جاتا ہے جو کہ ایئر ریل گیٹنڈ اور ہٹرو کے علاقے میں پائے جانے والے غدودوں کے معاملات پر اثر ڈالتا ہے۔
سوال: غدودوں کے عہد اموزان کے حوالے سے اس طے کی زوری کا استعمال کیسا رہے گا۔
جواب: اس طے کی زوری بہت بہتر رہے گی یہ صبح کے ناشتے کے ایک حصے کے طور پر استعمال کی جاسکتی ہے۔ اس کا ایک اور طریقہ یہ ہے کہ اس طے والے کے بعد اس کی زوری کو سل کر کھانے والی کسی چیز میں ملا کر استعمال کریں۔

غدودوں کے لئے کچی بنزیاں بطور مسلا استعمال کرنا بہت موزوں ہے اس میں اس طے بھی شامل کیا جاسکتا ہے سخت اس طے (یعنی زوری) کو تڑپ کر کھانے کا۔

سوال: کیا تڑپے چلوں کے جوس کے ساتھ ناشتے میں کوئی اور چیز بھی استعمال کی جانی چاہیے؟

جواب: بالکل نہیں تاہم کبھی کبھار ناشتے میں یا شام کے کھانے میں ایک ایلٹا اٹھ شامل کیا جاسکتا ہے۔ بے چھنے آئے کی روٹی یا ملک ٹوسٹ کے ساتھ اس طے استعمال کرنا عمومی کمزوری کے لئے بہتر رہے گا۔

پیلزری:

یہ غدوں کا گوشت محل ظہرنے کے لئے بہت مفید ہے۔ یہ اس طریقے سے پکایا جائے کہ گوشت کے ساتھ بنڈیاں بھی لگی رہیں اور ان کا کچھ حصہ اس طرح جڑودن بنایا جائے لیکن کی گردن کی بنڈیاں چبائی جائیں پھر لپک میں کچایا جائے جس سے خرمین کو کشیم حاصل ہوگا۔
باؤی بلڈنگ اور نیلی بی کے لئے چکن اور چکن مراد بہت موزوں ہے۔ چکن کو ان پٹھو

چادوں یا دیگر اجناس کے ولیوں وغیرہ کے ساتھ یا برتھ یا سوپ کے ساتھ استعمال کرنا فائدہ کو دو چند کر دیتا ہے۔ چکنائیوں سے پرہیز کیا جائے اور صرف انہی چیزوں پر توجہ مرکوز کی جائے جو کہ باؤی بلڈنگ کے لئے بہتر ہیں۔

وقع الغافل کے لئے آگور اور پکوتے کی ڈاہیت استعمال کریں صبح تڑپے چلوں کا جوس استعمال کریں جبکہ دیگر کھانوں کے دوران بنزریوں کے جوس استعمال کریں آٹھ سے دس دن تک بتدریج ان کھانے بڑھاتے رہیں اور اس کے بعد بتدریج خاص غذا کی طرف آئیں بالخصوص شام کے کھانے میں چکن یا شٹن بہت کم مقدار سے شروع کریں اس کے بعد اس کے کچھ دیر بعد سفید چکن برائلڈ چکن اور کچی ہوئی بنزریاں استعمال کرنا شروع کریں لیکن چکنائی بالکل نہیں ہونی چاہیے حتیٰ کہ بنزریاں اور کھن بھی مسلمہ کرکس یعنی دیکھی انداز میں پکائی جانی چاہئیں۔

نیلی بی کے مرض میں چکن کو روزانہ خوراک کا حصہ بنائیں لیکن کو فرانی نہ کریں بلکہ سوست نہ کریں اسے اوون میں اس کے اپنے جومز کے اندر پکے دیں برائلڈ اور سیکنڈ چکن زیادہ بہتر رہے گا۔ اس طرح جڑودن بن کر جسم کو طاقت پہنچانے کا اور ہانسنے کے لئے بھی مفید ہوگا چکن کا سفید حصہ مناسب مقدار میں کھانا چاہیے۔

خوبانی:

خیال رہے کہ خوراک ایسی استعمال کریں جس میں حیزا بیت پیدا کرنے والے مادے کم سے کم ہوں یعنی ایسی خوراک جس میں زیادہ نشاستہ اور پروٹین ہو جس کے اندر مواد نظام افراج کے لئے ممد معاون ہوتا ہے چلوں میں خوبانی امرض شخص اور نظام افراج کے لئے بہترین ہے۔ خشک خوبانی ایک مٹھے میں دو سے تین بار لی جانی چاہیے خشک کی کچی خوبانی کچی خوبانی سے زیادہ بہتر ہے۔ خوبانی کھانے کے بعد یا کھانوں کے درمیان استعمال کرنا اچھا ہے۔

کیلا:

اسے سسٹم پر کیلے کا بوجھ نہ آئے دیں بشرطیکہ وہ ترقی انداز میں خوب کپے ہوئے ہوں۔ کمزوری میں کچا کیلا اچھا نہیں رہے گا تاہم بہت زیادہ نرم جڑی والا کیلا حیزا بیت دور کرنے کیلئے

مناسب مقدار میں استعمال کیا جا سکتا ہے۔

خوراک میں وہ اشیاء زیادہ استعمال کریں جن میں وٹامن بی دن کی مقدار خاطر خواہ پائی جاتی ہے جو کہ سبز رنگ کی غذاؤں میں داخل ہوتی ہے اس لئے خوب کچے ہوئے کیلوں کو اپنی خوراک میں شامل کرنا چاہیے جو کہ بدن کو مضبوط کرنے کیلئے اہم ہے۔

وہ مقدار دیر سے بچنے کیلئے مضامینوں سے احتراز کرنا لازم ہے کیونکہ یہ خون اور اعصاب کے مرکزی بالائی نظام میں رخنہ ڈالتی ہیں۔ اس سے بچنے کے لئے کیلئے استعمال کئے جا سکتے ہیں جو کہ زیادہ تر کچے ہوئے ہونے چاہیں۔ لیکن اگر کبھی کبھی تھوڑے سے کچے بھی ہوں تو کوئی حرج نہیں ہے۔

سٹرابیری:

قبض اور اعصابی تکلیف سے بچنے کیلئے صبح تر شیلے پھلوں کے جوس نکلیں اور اس میں تھیلے لانے کے لئے تازہ سٹرابیری کریم کے ساتھ استعمال کریں۔

نزلیہ کام اور سردی سے بچنے کے لئے سٹرابیری مناسب مقدار میں کھائیں۔

خود دوں کی ناقص کارکردگی میں سٹرابیری سے پرہیز کیا جانا چاہیے۔

کینسر میں سٹرابیری یا میوز اہمیت پیدا کرنے والے پھلوں سے احتراز کریں۔

ترشیلے پھل:

چینی کم از کم استعمال کریں بالخصوص جب ترشیلے پھل پتھر خوراک لئے جارہے ہوں تو چینی بالکل استعمال نہ کریں بلکہ صحت استعمال کریں یا کوئی ایسی چیز جس سے ان کا ذائقہ اچھا لگے خود دوں کی ناقص کارکردگی میں صبح ترشیلے پھلوں کے جوس یا ان کا گودالیں اس کے ساتھ سالم گندم کا براؤن ٹوسٹ بھی استعمال کریں۔

قبض رفع کرنے کے لئے قبض کشا انڈیا استعمال کی جانی چاہئیں اور اگر وہ ناجاتی نوعیت کی ہوں تو اور بہتر ہے۔ لیکن اگر روزانہ ایک بار ترشیلے پھل کھائے کے طور پر استعمال کئے جائیں تو مزید کسی غذا کی ضرورت ضرور ہے۔

سب سے پہلے تیزابیت پیدا کرنے والی غذاؤں سے احتباب برتنا شروع کریں لیکن بعض حیرانی مادوں کی ضرورت انسانی جسم کو ہوتی ہے جو کہ ترشیلے پھلوں میں پائے جاتے ہیں لیکن ترشیلے پھلوں کو بعض دیگر غذاؤں سے ملا نقصان دہ ہوتا ہے مثلاً انہیں کسی بھی قسم کے سیریل کے ساتھ استعمال نہ کریں جس کے ساتھ کو بھی استعمال کیا جائے جو کہ ایسا مواد تیار کرنے کے لئے اہم ہوتا ہے جو جسم میں Lactals کی کارکردگی پر حاوی قبض رفع کرنے کا سبب بنتا ہے۔

سوال: کیا نشا تے اور مضامین خوراک سے خارج کر دینے چاہئیں یا انہیں کسی حد تک استعمال کیا جائے۔

جواب: انہور کا جوس شوگر میا کرتا ہے جو کہ انسانی جسمانی نظام کے ساتھ مطابقت میں استعمال میں آتی ہے جس قدر ضروری ہوتی ہے اور اس سے سسٹم میں چینی اور نشا تے کی ضرورت بھی کم محسوس ہوتی ہے۔ نشا تہ کاربہ کے لئے ضروری ہوتا ہے لیکن اگر انہوروں کو کبھی کبھار کھانے کی بجائے روزانہ خوراک کا حصہ بنالیا جائے یا اس کا جوس باقاعدہ دیا جائے تو وہ کیلوں پر بھی پوری کر دے گا۔ اور دیگر غذائیں صرف اس وقت استعمال ہوں گی جب ان کی طلب جسم محسوس کرے گا اس طرح انہور کو کم کنٹرول کر کے جسم کو صحت مند بنانا ہے۔

موٹاپا دوران نظام اخراج فضلہ کی خرابی جسم سے ڈرہیلے اور فاسد مادوں کو دور کرنے کی عدم صلاحیت اعصاب کی حرکی توانائی کو کھاتہ کرتے ہیں انہور کے جوس کی ڈاٹھ کو چاری رکھیں۔ دو آؤس گرپ جس میں ایک آؤس سادہ پانی (سوزا آؤس ہونا چاہیے) ہر روز چار مرتبہ پینیں یہ مشروب ہر کھانے سے ادھا گھنٹہ پہلے آخر میں سونے سے پہلے نوش فرمائیے۔ یہ جسم کو مناسب اعزاز سے قدرتی چینی بھی فراہم کرے گا۔ اور موٹاپا جاتا رہے گا۔

موٹاپا دور کرنے کے لئے خالی پانی کی بجائے گلاس پانی اور ادھا گلاس گرپ جس طارک دن میں چار چار گلیں استعمال کریں۔

سوال: ایمرامہائی وضاحت کریں کہ پانی کیوں نہ استعمال کیا جائے!

جواب: اس لئے کہ جسم کے اندر مخصوص قوتیں اور رسائی بدن کی ضروریات پوری کی جا سکیں۔

سوال: گرہپ جس کوئی خاص جسم کا ہونا چاہیے۔

جواب: تازہ اور خالص گرہپ جس ہونا چاہیے۔

سوال: موٹا یا دور کرنے کے لئے ڈھیلے پٹان کیا ہونا چاہیے۔

جواب: ہر چیز کھانسنے میں سوائے آلوؤں اور دانت برائے گرہپ جس کے گلاس روزانہ نکس جو کہ ہر کھانے سے اسی طرح پہلے نیرسوئے سے اسی طرح پہلے استعمال کئے جائیں اس کے لئے تین حصے گرہپ جس اور ایک حصہ ساوہ پانی ملا کر استعمال کریں ہر بار جس پینے کے لئے کم از کم پانچ تا دس منٹ صرف کریں یعنی جس آہستہ آہستہ گھومتی گھومتی کر کے نوش کیا جائے۔

سبزیوں:

آلو، خٹم، چندر اور اس طرح کی دیگر سبزیوں میں مرض میں مفید ہیں۔

چندر موہلیاں اور چٹا کچا بون کو تھوکت دیتے ہیں نیز نظام اخراج اور جسمانی قوتوں کے مددگار اور ان کو بہتر بناتے ہیں۔

چوں والی سبزیوں میں آلو اور بکی دونوں طرح استعمال کی جائیں۔ لمبی شکل کی سبزیوں سے چوں والی سبزیوں زیادہ بہتر ہیں تاہم گاجر میں بکلی یا بکچا ہر طرح استعمال کرنا مفید ہے آلو پیٹے میں صرف ایک بار استعمال کریں اس طرح آپ نظام انہضاد اخراج کو بہتر بنا سکتے ہیں۔

بچے کے لئے وہ دھنن بی سے ہمہ روز غذائیں استعمال کرنا چاہئیں جو کہ ماں کے لئے بھی بہتر ہیں لیکن یہ بزرگوں اور بزرگوں کے ذریعے ہی استعمال کی جائیں نہ کہ جوہر کی شکل میں گولی یا کپسول کے ذریعے۔

عمومی کمزوری کے لئے دھنن بی وون کپسول کی شکل میں ڈاکٹر کی زیر نگرانی دے سکتے ہیں لیکن انکشن کے ذریعے یہ ٹھیک نہیں ہے۔

دھنن بی وون کی حامل غذائیں اعصاب اور خون کے نظام کو تھوکت بخشتی ہیں یہ بزرگوں کی سبزیوں اور پھلوں میں پایا جاتا ہے۔ یہ چیزیں بڑی مقداروں میں استعمال کی جانی چاہئیں۔

لب کی شکل کی سبزیوں مثلاً تازہ پھلیاں وغیرہ کم چکنائی میں پکائی جائیں تاکہ ان کے

دھنن کے حامل مرقیات مثلاً نہ ہوں۔ ان کا استعمال چٹ گئے سردی گئے کے بعد مفید ثابت ہوگا۔

سوال: جسم اور دماغ کو تھوکت دینے کے لئے کوئی سبزی استعمال کریں۔

جواب: سبز رنگ کی سبزیوں میں کھل کی ہوں یہ بکلی بھی کھا سکتے ہیں اور پکا کر بھی پھلیاں بھی اسی میں شامل ہیں جو کہ جسم میں قوت برداشت میں بھی اضافہ کرتی ہیں سبز پھلیاں آنکھوں کے امراض میں بھی مفید ثابت ہوں گی۔ یہ خون کی کمی کو بھی دور کرتی ہیں اور ذیابیطس میں بھی مفید ہیں۔

سوال: آنکھوں کے علاج کے لئے کیا چیز لگائیں؟

جواب: شام کے وقت آنکھوں پر ہلکا پٹکا مساج کریں اس کے علاوہ سبزیوں کو روزمرہ ذہنی کا حصہ بنائیں کیونکہ یہ آنکھوں کے لئے بہتر ہے۔

موٹا دھنن اور عمومی جسمانی کمزوری میں گوشت کی بجائے سبزی پر زیادہ توجہ دیں سبزی کا استعمال بہت مفید ہوگا۔

دسے کے مرض میں گوشت بہتر نہیں ہے سوائے چکن اور بھلی کے اور وہ بھی زیادہ مقدار میں نہیں ہونا چاہیے اس کے ساتھ ساتھ سبزیوں خاص طور پر مفید موثر ہیں۔

خون کی کمی دور کرنے کے لئے ایسی خوراکیاں یا خوراک سبزیوں میں دھنن بی اور بی وون پایا جاتا ہے جو کہ ان سبزیوں میں ہوتا ہے جو کہ صرف رنگ کے حوالے سے چلی ہوں بلکہ فطری طور پر چلی ہوں کھانے میں روزانہ ایک بار سبزی کا استعمال لازم کر لیں خون کی کمی دور کرنے کے لئے سکری کو مختلف طریقوں سے کاٹ کر جیٹھن میں پکائیں اور پیٹے میں تین بار استعمال کریں۔

جیزا بیت، اٹم اور سردی سے بچنے کے لئے سبزیوں زیادہ مقدار میں نہ کھائیں نہ ہی سبزیوں گوشت زیادہ کھائیں بلکہ ہر چیز مناسب اور مناسب مقدار میں استعمال کریں سکری کو جیٹھن کے ساتھ ملا کر کھانا یا خوراک آنکھوں اور کانوں کے لئے از حد مفید ہے قبض اور سکن کیشر میں بھی سکری استعمال کرنا بہتر ہے۔

نوٹ:

ایچ کرکسی کی مندرجہ بالا ریٹنگز صرف اس کی ٹیلی پیتھی کی صلاحیت ظاہر کرنے کے لئے مثال کے طور پر درج کی گئی ہیں کیونکہ ایچ کرکسی کی نفس کے دل و دماغ کے ساتھ ٹیلی پیتھی کا ساراہلہ کر کے اس کے جسم کے اندرونی نظام کا حال جان لیتا تھا۔ عمومی نوعیت کے مشورے استعمال میں لائے جاسکتے ہیں لیکن چونکہ یہ مخصوص لوگوں کے لئے ریٹنگ دی گئی تھیں اس لئے ڈاکٹر سے مشورہ ضروری ہے۔

☆☆☆

باب نمبر 18:

ٹیلی پیتھی سے علاج

علم ٹیلی پیتھی جو باضی میں علم روحانیت کہلاتا رہا ہے اور جس کا اصل مقصد حیات ہی روز اول سے انسانی زندگی کے مسائل، الجھنوں اور پیاریوں کا علاج ہے۔

جیسا کہ آپ جانتے ہیں کہ ٹیلی پیتھی انسان کی ذاتی قوتوں کا اعلیٰ ترین نمونہ ہے بقول نامور کیاپادان اور طبیب پراسٹیس۔ (سولہویں صدی)
"فطرت ہر مرض کا خود علاج کرتی ہے"

اس کیاپادان کے اس قول میں انسان کے اس انفرادی اعتقاد و یقین کی طرف اشارہ ہے جو ہر انسان میں موجود ہے جسے ہم روحانی علاج کا نام دیتے ہیں اس کی بنیاد انسان کا اعتقاد و یقین ہی تو ہے اور اس یقین و اعتقاد کے سہارے دنیا میں کئی اعلیٰ علاج مریضوں نے شفا پائی ہے کبھی دشمن ہونے والے محرمین روگ یقین و اعتقاد کے سہارے چلے گئے اور جن عارضوں میں دنیا بھر کی رواؤں نے کوئی کام نہ کیا وہاں یقین و اعتقاد کا رگر ہوا۔

روحانی طریقہ علاج صدیوں پرانا ہے انسانی تہذیب کی ابتدا ہی سے یہ طریقہ رائج چلا آ رہا ہے جبکہ اس کی تاریخ میڈیکل سائنس کی تاریخ سے بے اعتبار پر لنی ہے بالی آخوری مصری یونانی حکمت و علاج کی تاریخ روحانی علاج کی حیرت انگیز کرشمہ کاریوں سے بھری پڑی ہے مصر باطل اور اشوری یا کئیں اذکیج کی کتب میں اس موضوع پر بیش قیمت مواد موجود ہے۔

صدیوں تک روحانی معالجین مریضوں کی مسیبتی کرتے رہے لیکن تعلیم یافتہ ہونے کے باعث انہوں نے تحریری مواد کو نہیں چھوڑا اور اگر کہیں کچھ چھوڑا بھی ہے تو وہ اسرار کے پردوں میں چھپا ہوا اس صورت میں موجود ہے کہ ان کے بعد اس سے کوئی بھی استفادہ نہ کر سکا اور ان میں سے لاکھوں ایسے تھے جو روحانی علاج کے اسرار کو اپنے سینے میں چھپائے اس دنیا سے رخصت ہو گئے۔

سویڈن کے باشندے، کیسیا دان پر ایسٹل کو پہلا محقق روحانی علاج قرار دیا جاسکتا ہے جس نے روحانی علاج پر پھر پور تحقیق کی اور اس تحقیق کے نتائج کو دور جدید کے لیے بطور شکل راہ انمول خزانے کی صورت میں چھوڑا۔ ہر ایسٹل جوابدہا میں کیسیا دان اپنی ان حقیقتات کی بدولت مغربی ممالک میں نامور ماہر روحانیات کہلایا اپنی تحقیق اور تجربہ بات کی روشنی میں وہ حیرت انگیز قوتوں کا مالک بن چکھا اور وہ اپنے ساتھ ہر وقت ایک گھوڑا رکھتا اور یہ کہتا کہ۔

”اس کی تلوامیں اس کی تلو میں ہیں“

ہر ایسٹل باوجودیکہ ایک ماہر کیسیا دان ہونے کے دو اداں پر کم اور انسان کی عقلی شفا بخش قوتوں پر زیادہ اعتقاد رکھتا تھا وہ اپنے مریضوں کو دوا نہیں تو بے گندے دینا چھوڑ چھوڑ کر تھا۔ اگرچہ وہ یہ بات جانتا تھا کہ یہ سب باتیں ہیں مگر ان پر اعتقاد و یقین رکھنے سے شفا بخشی کی جو شکیں روحانی قوت روحانی قوتوں سے پیدا ہو جاتی ہے وہ دواؤں سے نہیں ہو سکتی اور یہ نظر یہ اس کے طریقہ علاج کی بنیاد تھا۔ حقیقت کی نظر سے بغیر جائزہ لیا جائے تو یہ بات واضح طور پر سامنے آتی ہے کہ بہت سی بیماریاں اور امراض محض عقلی اور نفسیاتی ہوتے ہیں یہاں تک بات ہے کہ ان کی علامات جسمانی ہوتی ہیں مثلاً سیلان الرحم، فالج، ہڈیاں، جنون، مراحق، سرخ باد، ہیڈمر، دھڑک، چھوڑے، سٹچ، سرور، اندھا پن، لکنت، گویائی کا سلب ہو جانا اور دیگر کئی امراض جو دوزمرہ زندگی کا خاصہ ہیں یہ سب بیماریاں اکثر بلا کسی جسمانی سبب کے ہو جاتی ہیں اور ان کا سبب نفسیاتی ہوتا ہے موجودہ سائنٹفک دور میں ماہرین نفسیات نے اس بارے میں گہری تحقیق کی ہے اور ان امراض کا علاج کامل تحلیل نفسی میں ڈھونڈا ہے۔

نفسیاتی طریقہ علاج

روحانی علاج بھی دراصل ایک نفسیاتی طریقہ علاج ہے جو عقلی اور نفسیاتی بیماریوں کو حیرت انگیز طور پر دور کر سکتا ہے اس شفا بخش قوت کا معلق دراصل انسان کے عقلی اعتقاد سے ہے روحانی معالج دراصل اپنے جسمی ادراک کے ذریعہ ٹھیل رابطہ سے مریض کی اس قوت کو بحال اور حیر کرنا ہے اور اس کے لیے وہ اپنے ذہن کے اندر پویشیدہ خیالات کی اس قوت کو کام میں لاتا ہے جہاں تک ابھی بھی جدید ماہرین نفسیات اور سائنسدانوں کو رسائی حاصل نہیں ہوئی اور ایسے روحانی

معالج کو اس کے خالق کی طرف سے خصوصی عطیہ ہوتی ہیں۔

انسانی جسم ایک جیٹری کی مانند ہے ایک فزیکس ایکٹک بلکہ اس سے بڑھ کر ایک ایسی لیبارٹری کی حیثیت رکھتا ہے جہاں خود شفا یاب بادہ پیدا کرتی ہے ان کو جسم کے مختلف حصوں کی طرف ضرورت کے مطابق چلائی گیا کر کے ان کو امراض کے خلاف مدد سکنہ دی جاتی ہے۔ اور اس طرح علاج کرتی ہے۔ اس کی مثال ہمارے جسم کے شفا دہندوں کا پیرٹنلین (Adher Naline) اور کارٹوسون (Cartosone) جیسی طاقتور اور روٹھاتوں کا پیدا کرنا ہے جو عقلی رابطے کے ذریعہ صحت یابی کے لیے استعمال ہوتی ہیں۔

ذیل میں طبیعی جسمی کے ذریعہ شفا یابی کے طریقے مختصر لیکن کئے جاتے ہیں۔

جول وائر سیکرڈ فرائڈ۔

یہ ایک اذنی حقیقت ہے کہ انسانی جسم میں اسر، ہیڈمر، کنسرپٹ و غیرہ کا اصل باعث جذباتی پھیلاؤ اور شدت دوا کا نتیجہ ہوتے ہیں اور عقلی جذباتی دواؤں کے باعث انسان بے شمار بیماریوں کا گھر بن جاتا ہے اس لیے ان تمام بیماریوں کے لیے طبیعی جسمی کے ذریعہ انسانی جذبات کے دواؤں کو ختم کر کے انسان کو بخوبی شفا یاب کیا جاسکتا ہے اور اس کے لیے تحلیل نفسی کا طریقہ اولین حیثیت رکھتا ہے۔

ایک یورپی ڈاکٹر سرورڈی شکایت کی صورت میں ذیل کا طریقہ تجویز کرتا ہے جو اس نے بار بار اپنے اوپر آزما لیا اور درست پایا اس کے مطابق جب بھی کبھی مجھے سرورڈی شکایت ہوتی ہے تو میں اپنی عقلی قوتوں کو سکجا کر کے جسم کے کسی حصے کو پکڑ کر یہ کہتا ہوں۔

”اے میرے جسم کی تمام تر توانائیاں تم کو حکم دیا جاتا ہے کہ اس درد کو دور کریں“

بار بار اس کے حکم سے درد دور ہو جاتا ہے۔

اس طرح جوڑوں کے درد کے لیے ڈاکٹر ڈیوڈیو نے یوں علاج کرتے ہیں کہ اپنے جسم کے ہر دلی کی ایک ایک انگلی کو ہاری ہاری پکڑیں اور مکمل فوج کے ساتھ اپنے جسم کو ہدایت دیں اور بار بار دیں۔ اے میرے جسم اپنی تمام تر توانائیاں سے میرے اس درد کو میرے اعضاء سے ختم کرویں۔

اس طرح ہادی ہادی ہراٹھی کو پکڑ کر یہ دانت دیتا رہے اور اس وقت تک یہ عمل جاری رکھے جب تک درد و آفتاب ٹھیک نہ ہو جائے اس طرح چند دنوں کے اندر جوڑوں کا درد غائب ہو جاتا ہے۔

بقول ڈاکٹر ڈیوڈ بیوے:

گردن کے اوپر سرخیاؤں کا علاج یہ ہے کہ دونوں ہاتھوں سے اپنی گردن کو پکڑ کر پوری توجہ اور یکسوئی کے ساتھ اپنے جسم کی حفاظت قوتوں کو بے غم و دے کر اس کی گردن کو سرخاؤ سے پاک کر دیں۔ چند ہیم کے مسلسل عمل سے سرخیاؤں مکمل طور پر ختم ہو جائے گا۔

اسی طرح وزن گھٹانے کے لیے اور موٹاپا دور کرنے کے لیے ڈاکٹر ڈیوڈ بیوے ذیل کا طریقہ تجویز کرتے ہیں جو سب سے پہلے انھوں نے اپنے اوپر اپنا 350 پونڈ وزن کم کرنے کے لیے آزمایا تھا اور اس طرح اپنی وقتی روادورت ارادی کی بدولت ایک سال کے عرصہ میں اپنا وزن 238 پونڈ تک آ گیا۔

اس مقصد کے لیے ٹیلی بیجی کے اصول بنی کے کو آزمایا گیا اس کا طریق علاج وہ یوں نکال کرتے ہیں۔ سب سے پہلے اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کر کے یہ معلوم کر لیں کہ روزانہ کسی قسم کی غذا استعمال کرنی چاہیے اور کوئی طاقتور غذا کو ترک کر دینا چاہیے۔

ڈاکٹر کا مشورہ آپ کی صحت اور جسمانی صلاحیت کے بعد مناسب ترین ہوگا۔

اب ہر روز کمرے سے تھما آئیے کے سامنے کھڑے ہو جائیں اور اطراف کو دیکھ کر علاوہ تمام کپڑے اتار دیں۔ سر سے پاؤں تک اپنے جسم کا جائزہ لیں اور پورے یقین و اعتماد کے ساتھ بلند آواز سے خود کو کہیں۔

”میں پوری قوت ارادی کے ساتھ اپنا وزن کم کرتا ہوں“ اس جملے کو بار بار دہرائیں۔
فدا کے ذریعہ وزن کم کرنے کے بارے میں ڈاکٹر کے مشورہ سے ایسی غذاؤں کی ہفتہ وار فرہست تیار کریں جو آپ ہفتہ بھر میں اپنی من پسند خوش کے مطابق روزانہ ایک بار کھا سکیں اور مقدار کا خاص خیال رکھیں کہ وہ ڈاکٹر کی تجویز مقدار سے زائد نہ ہو اس کے بعد پھر آئیے کے سامنے جائیں اور دہری جملہ بار بار دہرائیں۔

”میں اپنا وزن کم کرتا چاہتا ہوں میرا وزن کم ہو رہا ہے۔“

اس کے بعد بتدریج کم کمانے کی مشق شروع کر دیں اس سے بھوک اور پیاسے کی لہجیں سن خواہش پر قابو پانا ضروری ہے زیادہ بھوک کی صورت میں اسے چھپ سے یوں غائب ہو کر گئیں۔
”میں اس سے زیادہ چو نہ ملے گا اتنا ہی کافی ہے“ چند ہیم کے اندر اندر آپ کو اس کے حیرت انگیز نتائج دیکھنے میں مل سکتے ہیں۔

کسی بھی کھیل میں کامیابی کے لیے ذیل کا طریقہ بہتر ہے اس مقصد کے لیے کسی کھیل میں بھی حصہ لینے سے قبل بار بار ٹیلی بیجی کی قوت ارتکاز کے ذریعہ گرم کریں۔

”مجھے اچھے کھیل کے مظاہرے کے ذریعہ ہر حال میں اس کھیل میں نمایاں کامیابی حاصل کرنا ہے“ غیبت چھوڑنے کے لیے ذیل کا طریقہ بے حد مفید ہے سب سے پہلے اپنے ذہن میں اس نشہ سے چمکا کر کے کے لیے ایک تاریخ مقرر کر لیں اور پختہ ارادہ کر لیں کہ اس دن سے آپ یہ نشہ کرنا چھوڑ دیں گے کسی کو بتائے بغیر بس اپنے ذہن میں قطعی فیصلہ کر لیں۔

اس کے بعد ذہن میں یہ بات ڈھالیں کہ جو بھی نشہ میں کر رہا ہوں وہ بے حد نقصان دہ اور مضر ہے اور میری صحت کو اندر ہی اندر دھمک کی طرح چاٹ رہا ہے اب توجہ اپنی میں بندھ جائیں اور اپنی ذات کو اس طرح سمجھائیں جیسے والدین اپنے بچے کو سمجھاتے ہیں اور اپنے ذہن سے بار بار کہیں کہ وہ نشہ کی خواہش کی طرح بھی دل میں پیہ اندہ ہونے دے گا۔

”چونکہ آپ کا ذہن ایک موثر عمل ہے اس طرح وہ آپ کی نشہ بازی کی عادت کو ختم کر سکتا ہے۔“ شروع شروع میں آپ کے ذہن اور جسم کے درمیان کنگھٹ جادی ہوگی اور آپ کو نپٹے کی طلب تنگ کرے گی لیکن ذہن بار بار جسم کو حکمران انداز میں من کرے گا کہ فرادار نشے کو ہاتھ نہ لگائے۔
تجباتی میں بار بار ایسا تنگم دہرائیں اور اپنے جسم کو اس عمل کرنے کے لیے مجبور کریں یہ ”نی“ کے ”کایک موثر طریقہ ہے جس میں جسم ذہن کے حکم کی قس کرتا ہے اپنی اس کوشش کو راز میں رکھیں یہاں تک کہ آپ اس میں بالکل کامیاب ہو جائیں۔

جیسا کہ کسی تکالیف کا علاج باب ”ٹیلی بیجی کی مشق“ کے دوران مضمر اثرات کا پیرا ”ہوتا“ میں بیان کیا گیا ہے۔ وہ تمام طریقے ٹیلی بیجی کے ذریعہ حلقہ معالجہ میں بے حد کارآمد اور مفید ہیں۔

نبیلی جیجی کی مشقوں کے دوران ترسیل

خیالات کے مضمرات:

نبیلی جیجی کھینچنے سے حلق مشقوں کے جہاں قاعدے بھی ہیں وہاں نقصانات بھی ہیں اگر ان مشقوں پر پوری طرح دھیان نہ دیا جائے گا گہا یا ت پر پوری طرح عمل نہ کرادھوں گے اور مشقوں کا صحیح ترین استعمال نہ ہوگا تو ان سے کسی طرح کے عارضے لاحق ہو سکتے ہیں ان سے درج ذیل امراض کے پیدا ہونے کا امکان ہے۔

- 1- اعصابی اختلال
 - 2- اعصابی انتشار
 - 3- جسمانی امراض
 - 4- بھکیا (کئی خون)
 - 5- مرائی دھنقان
 - 6- دماغی طور
 - 7- ریش
 - 8- التباس حواس
 - 9- گھٹا
 - 10- جنسی امراض
- ذیل میں مختصراً ان کا تذکرہ پیش کیا جاتا ہے۔

اعصابی اختلال:

نفسیاتی اصطلاح میں اسے نرو اڈاس (Neurosis) کہا جاتا ہے یہ مختلف صورتوں میں ظاہر ہوتا ہے۔ اس کے دورے جس شخص پر بھی پڑتے ہیں وہ مختلف دھنوں میں مبتلا ہو جاتا ہے۔

اس سے چھٹکارا پانے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ اس وہم پر بالکل دھیان نہ دیا جائے اگر آپ میں اتنی زیادہ قوت ارادی نہیں ہے تو سب سے پہلے اعصاب کی مشقیں شروع کیجئے اس کے بعد تحلیل نفسی سے کام لیں جب ہی اس سے نجات حاصل ہو سکتی ہے اور یہ کام کسی ماہر کی زیر نگرانی کریں تاکہ اس کی رہنمائی میں اس سے عمل اور درست طریقے سے نجات حاصل کر سکیں۔

اعصابی انتشار:

یہ بھی اعصابی اختلال ہی سے تعلق رکھتا ہے اور اس کا علاج بھی اس میں دے گئے طریقے سے ہی ممکن ہے۔

جسمانی امراض

بعض اوقات مشقوں کے دوران بعض جسمانی امراض لاحق ہو جاتے ہیں اور اصل یہ امراض انسان میں پہلے سے موجود جراثیم ہونے کے باعث لاحق ہوتے ہیں اور نبیلی جیجی کی مشقیں کرنے والا ان سے نابلد ہوتا ہے جو بعد میں مہلک حالت اختیار کر کے اطلاع امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں اس لیے بہتر ہے کہ نبیلی جیجی کی مشقیں شروع کرنے سے قبل اپنا مکمل میڈیکل چیک اپ کروائیں تاکہ جسم میں اگر کوئی بیماری موجود ہو تو اس کا قبل از وقت تدارک کیا جاسکے۔

کئی خون:

جب شعوری مراکز پر دباؤ ہے حد بڑھ جائے تو جسم میں خون کی کمی کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے اس میں چہرہ زرد ہو جاتا ہے۔ آنکھیں پران زرد ہو جاتی ہیں جسم سوکھنے لگتا ہے چہرے کا کھل گھڑنے لگتا ہے سمجھو نہ صحیح طور پر کام نہیں کرتے فرسیدہ سارا نظام جسمانی بکڑ کر رہ جاتا ہے۔ ایسی صورت میں فوراً کسی مستند اور اطمینان دہانہ ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے اور جلد از جلد اس کا باقاعدہ علاج کرنا چاہیے۔

رعشہ:

یہ مرض دراصل شعور مطلق ن ممانعت سے پیدا ہوتا ہے جب آپ انتقال افکار کی مشقیں کرتے ہیں تو ان کی ضرب شعور بڑھتا شعور مطلق تک پہنچتی ہے یہ خود بخود شعور آپ کے قابو و تصرف میں آتا پسند نہیں کرتا لہذا وہ رعشہ طاری کر کے آپ کو ان مشقوں سے باز رکھنا چاہتا ہے۔ کبھی کبھی یہ رعشہ سخت اشتعال جذباتی گھٹن سمانی کوچی بچے اور مگر سے احساس برتری و کستری کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے اس لئے ماہرین انتقال افکار کی مشقیں شروع کرنے سے قبل عامل کے ذہن کی صفائی ہو۔ یہ دوا دے دیجئے جس اس وقت ذہن کو ہر طرح کے غریبی خیالات سے پاک رکھنا نہایت ضروری ہے۔

گھٹیا:

یہ مرض بھی رعشہ کے ذمرے میں آتا ہے جب کبھی شعور مطلق جس کی بذریعہ کو اپنا معیار بن کر اس پر اپنا اثر ڈالنے لگتا ہے تو جذباتیں کو کٹی ہیں اور ہنسنے لگتے ہیں۔

ان کا تکیل سے عجات کے لیے اول تو کسی مستعد اکثر سے علاج کروادینے دوم انتقال افکار کی مشقیں شروع کرتے وقت قوت ارادی سے کام لیجے شمع بینی کی حشوں اور ترغیبات کے ذریعے اس مرض کا علاج ممکن ہے۔

خفقان:

اس مرض میں انسان باوجود بولتا رہتا ہے جس طرح بخار کی شدت میں بڑائی کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے اور مریض اول قول بکنا شروع کرتا ہے اسی طرح خفقان کا مریض بھی جب تک کرتا رہتا ہے خفقان کے مریض کو بے حد گھبراہٹ ہوتی ہے اسے سردیوں میں بھی گرمی محسوس ہوتی ہے راتوں میں اسے اپنے جسم پر خود نیاسی سی رنگت معلوم ہوتی ہیں خواب بے ذہنی کے باوجود وہ بڑا اتار پاتا ہے اور اس کی باتیں سمجھ میں نہیں آتیں خفقان کا علاج تحلیل نفسی کے ذریعہ ممکن ہے۔

مراقبہ خیال:

اگر خیال اس کا معقول علاج نہ کیا جائے تو دہرے یا کردماغ کو بھی متاثر کرتا ہے چنانچہ رفتہ رفتہ احساساتی اور دہرے شہ کے اشتغال میں مبتلا ہو جاتا ہے جسے تعلیم امراق کہتے ہیں امراق کی حالت میں آنکھیں سرخ ہو جاتی ہیں ہونٹ پھیل جاتے ہیں اور انسان تاؤ کش آ کر ہر اس شے کو ہڑے ہڑے کر دیتا ہے جس کی وجہ سے اس کا دورہ پڑتا ہے یہ ذہنی عارضہ عجیب صورتوں میں اپنے اظہار کرتا ہے۔

بقول ماہر نفسیات:

”بعض عقلی لوگوں پر جب اس مرض کا دورہ پڑتا ہے تو وہ یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ دنیا کا کھانا کا ان کے بغیر احوال ہے لہذا جب تک وہ خود اسے انجام نہیں دیں گے کوئی شخص اس کام کو پا یہ تکمیل نہیں پہنچا سکتا اس کا عارضہ کا علاج بھی تحلیل نفسی ہی کے ذریعہ ممکن ہے۔“

التباس حواس:

اس میں کسی بھی شخص کو عالم بیداری خواب کی حالت میں عجیب عجیب صورتیں نظر آتی ہیں جو صرف نظری دھوکا ہوتا ہے مثلاً آپ سو رہے ہیں کسی نے دروازہ کھولا تو آپ کو ایسا محسوس ہوا

جیسے طوفان آ گیا ہے یا کسی کے کرسی پر بیٹھے سے جو چڑھا ہوا ہوئی تو آپ یہ محسوس کرنے لگے کہ آپ کی ہڈیاں ٹوٹ رہی ہیں سردیوں کے دنوں میں ایک شخص کو کلاف اوڑھا لیا تو اس کو ایسا محسوس ہوا جیسے وہ ہنوں برف تلے دب گیا ہے وغیرہ وغیرہ۔

اس قسم کی کیفیت عالم خواب ہی میں نہیں بلکہ عالم بیداری میں بھی پیدا ہو جاتی ہے مثلاً ایک واقعہ کا شخص سامنے سے آ رہا ہوتا ہے جسے آپ بخوبی جانتے اور پہچانتے بھی ہیں لیکن ایسی حالت میں آپ اسے ابھی سمجھ لیتے ہیں اسی طرح آپ نے کسی شخص کی پیچھے دیکھی تو معلوم ہوا کہ ہونہ ہودہ آپ کا بھائی ہے لیکن جب آپ نے بخور اس کی شکل دیکھی تو معلوم ہوا کہ وہ دوسرا شخص تھا۔

تاہم تاؤ کی شکل میں مریض کو نہ صرف مختلف آوازیں سنائی دیتی ہیں بلکہ اجماعی فکلیں بھی نظر آتی ہیں بڑائی کے دورے طرح طرح کے قریب نظر غریب خیال اور قریب ساعت ہوتے ہیں انتہائی شے میں بھی یہی کیفیت ہوتی ہے اس کا تعلق دنیا زم سے بھی ہے جس طرح دنیا زم کے معمول کو دھوکا ہوتا ہے اسی طرح التباس حواس میں بھی دھوکا ہوتا ہے۔

جب آپ انتقال افکار کی مشقیں کریں گے تو ہو سکتا ہے کہ التباس حواس سے آپ کا بھی رابطہ پڑے ایسی صورت میں آپ کو متعلق ڈرنا نہیں چاہیے کیونکہ وہ صرف دم و دم ہوگا لیکن جب التباس قسم کو حقیقی شایع سے اور یقین کی منزل شروع ہوئی تو آپ دھک رہ جائیں گے۔

یہ بات ذہن میں رکھیں کہ التباس حواس دراصل بے قابو اعصاب اور بے قابو دماغ کے مشترکہ عمل کا نتیجہ ہوتا ہے اور جب دماغ اور اعصاب آپ کے حقوق میں جائیں گے تو پھر ایسی فکلیات پیدا نہ ہوگی۔

انتشار دماغ:

انتقال افکار کی حشوں میں ناکام رہ جانے کی وجہ سے کچھ عرصہ کے لیے انتشار دماغ کا مرض لاحق ہو جاتا ہے یہ ایک ایسا فرض ہے جو خود بخود ختم ہوتا ہے لیکن آپ کسی کام میں کھو جاتے ہیں تو وہ خود بخود بوجھتا ہے۔

کرنے والے کو بہت کم لائق ہوتا ہے ہاں جذب کی کیفیت ضرور پیدا ہوتی ہے۔

جذب در حقیقت بے خودی کی ترقی یافتہ شکل ہے۔

اس کے مریض کو سبب کا شفاقت (غمائے قلبی) غریب نظر اور بے خودی سب ہی چیزوں سے واسطہ پڑتا ہے ایسا غصہ بیٹھے بیٹھے یہ محسوس کرنے لگتا ہے جیسے اس کو کھلف قسم کی لہجی آوازیں سنائی دے رہی ہیں۔ اور وہ خود اپنی ہستی بالکل فراموش کر بیٹھتا ہے چنانچہ ایسے آدمی کو کمزور جذب کہتے ہیں۔

بہر حال ماہرین روحیت کے مطابق اگر انسان جذب کے بجائے مراعاتی سے کام لے زیادہ اچھا ہے کیونکہ جذب ایک مرض کی حیثیت رکھتا ہے۔

جذب کے مریض کی عقلی نفسی، جہان و مادیات کی مشغولیت سے شفا حاصل کر سکتے ہیں اگر انتقال افکار کی مشقیں محنت اور توجہ اور احتیاط سے سرانجام دی جائیں تو جذب بھی ایک مرض کی صورت اختیار نہیں کر سکتا۔

پیٹ کا السر

بقول ڈاکٹر سیکینڈ فریڈ:

”جذب ہائی ویا کٹور ریٹان عمر کا السر کا باعث بنتے ہیں۔“

یہ بات حقیقتات کے بعد صحیح ثابت ہو چکی ہے بہر حال اس کے متعلق کوئی مستقل مواد متعین نہیں پایا جاتا حالانکہ حکماء قدیم اس کا علاج بخوبی جانتے تھے۔

بہر حال اس کا علاج ذہن کی صفائی کے عمل سے ہے اور انتقال افکار کی مشقیں شروع کرنے سے جو شتر ایک عامل کو اپنے ذہن کو ہر طرح کی پرانہ و خیالی سے پاک رکھنا ضروری ہے۔

جنسی امراض:

انتقال افکار کی مشغولیت کے دوران کسی جنسی مرض کے پیدا ہوجانے کا بھی اندیشہ ہے اس لئے اگر ایسی کوئی شکایت پیدا ہو جائے تو فوراً اس کے علاج کی طرف توجہ دیجئے اکثر یہ دیکھا گیا

انتشار و مبالغہ کی حالت میں آپ کو اپنا کوئی بھی کام سکون سے انجام نہیں دے سکتے اگر بارہ لکھنے پڑنے بیٹھیں گے تو سارے جہاں کے واقعات اسٹو اسٹو کر آپ کے ذہن میں آئیں گے اور آپ کا دھیان ٹائٹ لگیں گے یہ دھیان بغاوتی انتشار کہلاتا ہے اور اسے صرف یکسوئی کے ذریعہ ہی قابو کیا جاسکتا ہے۔

بے خودی:

فرض کریں کہ آپ نے سگریٹ لائٹر اپنی جیب میں رکھ لیا ہے لیکن خودی دیر بعد آپ اسے سارے گھر یا دفتر میں تلاش کرتے پھرتے ہیں آپ کی عقل میں بیٹھے ہیں لوگ طرح طرح کی باتیں آپس میں کر رہے ہیں لیکن آپ کے کان ان کی باتیں سننے سے قاصر ہیں آپ کا ذہن کہیں اور ہے ایک ایسی دنیا میں جہاں کوئی عکس بھی موجود نہیں ہے کوئی فعل آپ کو نظر نہیں آتی کوئی آپ کو حشر نہیں کر سکتی اسے بے خودی از خود درنگی کہا جاتا ہے۔

بے خودی بھول سے شروع ہوتی ہے شام کو جب آپ یہ سوچتے لگیں کہ اس دن میں آپ نے کیا کیا کام کئے ہیں۔ تو بہت سی باتیں آپ کو یاد نہیں آئیں گی اور بعض اوقات تو آپ اپنی ہستی کو بھی کھو بیٹھتے ہیں۔

یعنی بے خودی آگے چل کر بہت نقصان دہ ثابت ہوتی ہے اس کا آخری نتیجہ یہ برآمد ہوتا ہے مریض چوبیس گھنٹے دنیا و مافیہا سے باخبر رہتا ہے ذاتی طور پر اس پر کیا جاتی ہے یہ کسی کو معلوم نہیں ہوتا۔ ذاتی ہتھیاروں اور شفا خانوں میں ایسے افراد کی تعداد زیادہ ملے گی جو ہمہ وقت بے حس و حرکت بیٹھے غلام ہیں عی محسوس کرتے ہیں اور انہیں کچھ بھی خبر نہیں ہوتی کہ ان کے ارد گرد کیا ہو رہا ہے اس کا علاج اور شفا تو جب کی مشغولیت کو بخوبی انجام دینے سے ہو سکتا ہے جس سے تمام مشکلات رفتہ رفتہ ختم ہو جاتی ہیں توجہ کی یکسوئی سے ہی ایسے مریض کو شفا حاصل ہوتی ہے۔

جذب:

جذب بھی بے خودی سے ملتی جلتی چیز ہے لیکن جذب کے ساتھ جنون کا بھی کچھ نہ کچھ تعلق ہوتا ہے یہاں جنون کے بارے میں کچھ بتانا لازم حاصل ہے کیونکہ یہ مرض افکار خیالی کی مشقیں

ہے کہ انتقال افکار کی مشقیں کرنے والے ذیابیطس کے مرض میں مبتلا ہوتے ہیں لیکن ذیابیطس کا ہر مرض انتقال افکار کی مشقوں کی وجہ سے بپار نہیں ہوتا اس کی طبی وجوہات بھی ہو سکتی ہیں اگر کسی شخص کو یہ موذی مرض لاحق ہو جائے تو اسے یہ مشقیں کچھ عرصے کے لیے چھوڑ دینی چاہیے اور ڈاکٹروں کو دکھا کر اپنا معقول علاج کرا لینا چاہیے۔

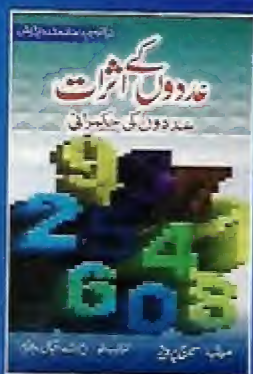
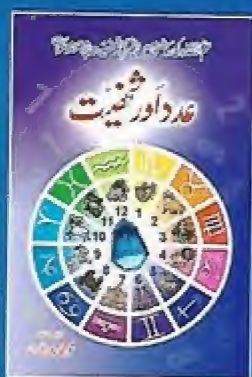
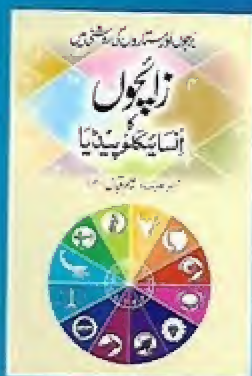
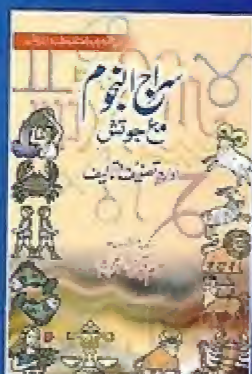
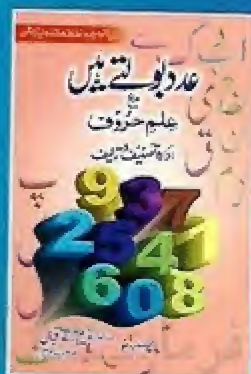
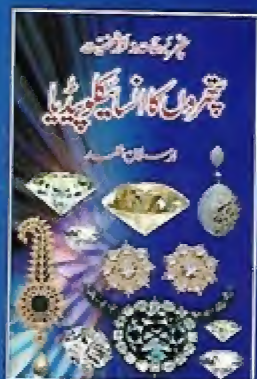
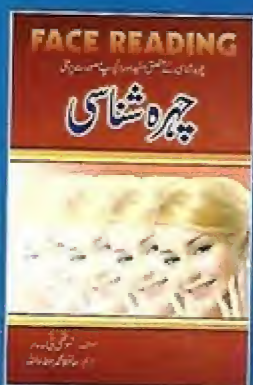
ذیابیطس کے علاوہ دوسرے تمام امراض کی صورت میں انتقال افکار کی مشقیں جاری رکھی جا سکتی ہیں کیونکہ ان مشقوں کے جاری رہنے سے اکثر امراض خود بخود ختم ہو جاتے ہیں لیکن ذیابیطس کا مرض ماہر ٹیلی پتھسٹ کے علاج یا ماہر بن جانے کے بعد بھی باقی رہتا ہے۔

خصوصی ہدایت:

یہ بات انتہائی قابل غور ہے کہ کوئی بھی مرض اس وقت تک پیدا نہیں ہوتا جب تک انتقال افکار کی مشقوں میں بے قاعدگی اور گڑبڑ پیدا نہ ہو۔

اس لئے یہ بہتر ہے کہ آپ ایک وقت میں صرف ایک ہی مشق کیجئے اور جب اس کی معیار پوری ہو جائے تو پھر دوسری مشق شروع کریں۔ اس طرح آپ بفضل باری تعالیٰ ہر طرح کے امراض سے محفوظ رہیں گے۔

☆☆☆



مشیرانِ کائنات
ایک نیا عالم